

خیر البشر صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ نمبر

# رُوحَانِي دُاجِسْت

فروری ۲۰۱۲ء

PDFBOOKSFREE.PK

## وَرَفَعْنَا لَكَ ذِكْرَكَ

پچھلے شمارے کے ساتھ  
اس شمارے کے ساتھ مل کر



## اسلام، تصوف، پیرا سائنیکلوجی

رحمۃ للعالمین ﷺ قرآن وحدیث کی روشنی میں....  
 نور الہی، نور نبوت... خواجہ شمس الدین عظیمی۔ 10  
 رسول اللہ ﷺ کے اوصاف حمیدہ....  
 صدائے جس... خواجہ شمس الدین عظیمی۔ 12  
 اصل روح سے واقفیت حاصل کرنا اور کن تکمیل ہے....  
 خطبات عظیمی... خواجہ شمس الدین عظیمی۔ 53  
 روح کا اصل مقام کیا ہے؟....  
 روحانی سوال وجواب خواجہ شمس الدین عظیمی۔ 187

## سائبان....

قلبی سکون اور حقیقی کامیابی کی انمول دولت کو  
 عام کرنے کا بیڑا اٹھانے ایک سادہ دل اور  
 نہایت محترم شخصیت محترمہ اشرف  
 سلطانہ عظیمی کے تجربات اور  
 مشاہدات....  
 انٹرویو: مشکور الرحمن  
 83....

83

## سائنس، نفسیات، معاشرت، ادب

چنگٹات میں کمی.... ماحولیاتی عدم توازن کا باعث۔  
 اگر معمول میں کاربن کی شرح اسی طرح بڑھتی رہی تو دنیا کے بعض  
 ممالک خشک سالی اور بعض سیلاب کی تباہی کا شکار ہو جائیں گے۔  
 عینی فیاضی.... 89  
 ہم ناکام کیوں ہوتے ہیں....  
 عظیم تخلیق کار وہ ہوتے ہیں جو اپنی ناکامیوں سے  
 سبق سیکھ کر کامیابیوں کا راستہ ہموار کر لیتے ہیں....  
 سلمان احمد خان.... 123

اعزازی گورنر... مہمان کلام... ظہیر اختر بیدی.... 99  
 ایک ایک کر کے تمام جن بھائی ساتھ چھوڑ گئے....  
 نسرین آپا کی کہانی کلشن کو خدا حافظ.... 175  
 75 سالہ محنت کش سکیت بی بی کی زندگی کے شب و روز....  
 سوہبہ یہ بھی آدمی... ❖ ❖ ❖ 179  
 مالا باری بریانی.... فکاہیہ تحریر  
 جستہ جستہ... رضا علی عابدی.... 207

عقل حیران ہے! سائنس خاموش ہے  
 ابرام مصر کی تعمیر کا عجوبہ  
 127

شاہکار افسانہ....  
 آگیا بیتال  
 گرین ما  
 107  
 ممتاز مفتی  
 113  
 راشد ندید  
 چرخی قتلہ

## خواتین، نوجوان، بچے

بچوں کے بگڑنے میں کچھ ہاتھ ہمارا  
 بھی ہے....  
 بچوں کی اصلاح سے پہلے اپنی اصلاح  
 ضروری ہے  
 اسماء آصف.... 93  
 سونو رنگت کو گھسارنے کے چند راز....  
 آپ کے ذوق کی آئینہ دار....  
 فائقہ احمد.... 169  
 شیر خوار بچوں کے لیے  
 غذائی اہمیت....  
 جس کی موجودہ مصروف زندگی میں خصوصاً خواتین کو  
 زیادہ ضرورت ہے....  
 نشاء انوار.... 171

93

169

171

## صحت مند زندگی

میوے کھانے کا موسم....  
 یہی تو ہے.... میوہ جات دماغی قوت  
 اور اعصاب کو مضبوط بناتے ہیں۔  
 حکیم محمد ابراہیم شیخ.... 155  
 گھنسیا.... جوڑوں کی ایک تکلیف دہ بیماری....  
 ❖ ❖ ❖ 147  
 دودھ.... ناصرف مکمل غذا ہے بلکہ ذہن و جسم کو  
 فوری طاقت و تسکین پہنچانے کا انمول قدرتی تحفہ بھی ہے۔  
 نسرین شابین.... 137  
 کالا پانی.... آنکھوں کی بینائی چھین سکتا ہے....  
 ❖ ❖ ❖ 149  
 غذائی ملاوٹ!....  
 غذا میں مضر صحت رنگوں کا استعمال کینسر اور پیٹ و جگر کی  
 بیماریوں کا باعث بھی ہو سکتا ہے.... رفیعہ حیدر.... 151  
 بڑ.... دماغ اور آنکھوں کو طاقت دیتی ہے.... 159  
 پیاز.... ذیابیطس کے علاج میں مفید.... 161

155

137

149

141  
 دل کا معاملہ  
 پتہ لگانے ہوتا ہے  
 ڈاکٹر جاوید سمیع

یہ ہے پاکستان  
 193  
 ملتان کے قدیم بازار  
 ڈاکٹر جاوید سمیع

خواتین اور پبلک  
 ٹرانسپورٹ کے مسائل  
 103

## مستقل عنوانات

197- عالم امروز.... احسن عظیم محمد  
 202- میری پسندیدہ کتاب.... ❖ ❖ ❖  
 204- قتلہ سخن.... مرتبہ: عامر حفی  
 205- روحانی یگ رائٹرز کلب.... ادارہ  
 211- معلومات عالم.... ❖ ❖ ❖  
 213- بچوں کا روحانی ڈائجسٹ.... محمد نیل عباسی  
 219- انعامی مقابلوں کے نتائج.... ❖ ❖ ❖  
 221- محفل مراقبہ.... ❖ ❖ ❖  
 227- افتخ.... قلندر بیبا اولیاء کے یوم وصال کی تقریبات  
 233- روحانی ڈاک.... ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی

## مستقل عنوانات

16- جن اللعین.... ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی  
 73- شرح لؤلؤ و قلم.... خواجہ شمس الدین عظیمی  
 77- کیفیات مراقبہ.... ❖ ❖ ❖  
 133- سائنس کا راز Q&A.... ڈاکٹر جمیل احمد صدیقی  
 135- یوگسب کے لیے.... ❖ ❖ ❖  
 136- ریکی پریکٹس.... ❖ ❖ ❖  
 163- دستر خوان.... فلک ناز  
 167- جلد اور بالوں کے مسائل.... حکیم عادل اسماعیل  
 183- قرآنی انسائیکلو پیڈیا.... ادارہ  
 189- رابع صہی پہلے.... ادارہ

قرآن مجید میں ارشادِ باری ہے:

ترجمہ: بیشک مومنوں پر اللہ تعالیٰ کا بڑا احسان ہے کہ انہی میں سے ایک رسول ان میں بھیجا، جو اس کی آیتیں پڑھ کر سناتا ہے اور انہیں پاک کرتا ہے اور انہیں کتاب اور حکمت سکھاتا ہے۔ (سورہ آل عمران: 164)

ترجمہ: وہ ان کو نیک باتوں کا حکم فرماتے ہیں اور بری باتوں سے منع کرتے ہیں اور پاکیزہ چیزوں کو حلال بناتے ہیں اور گندی چیزوں کو ان پر حرام فرماتے ہیں اور ان لوگوں پر جو بوجھ اور طوق تھے ان کو دور کرتے ہیں۔ (سورہ اعراف: 157)

ترجمہ: تمہارے پاس تم ہی میں سے ایک پیغمبر آئے ہیں۔ تمہاری تکلیف ان کو گراں معلوم ہوتی ہے اور تمہاری بھلائی کے بہت خواہشمند ہیں۔ (اور) مومنوں پر نہایت شفقت کرنیوالے (اور) مہربان ہیں۔ (سورہ توبہ: 128)

ترجمہ: اور ہم نے آپ کا ذکر بلند کر دیا۔ (سورہ انشراح: 4)

ترجمہ: اور ہم نے آپ کو تمام جہان والوں کے لیے رحمت بنا کر بھیجا ہے۔ (سورہ انبیاء: 107)

ترجمہ: اور وہ آپ اخلاق کے عظیم پیمانے پر ہیں۔ (سورہ قلم: 4)

ترجمہ: اللہ نے آپ کو رسول اللہ میں ایک بہترین نمونہ (موجود) ہے۔

(سورہ الزاب: 21)

حضور نبی کریم ﷺ فرماتے ہیں....

مجھے جو امح الکلم (یعنی ایسا کلام جس میں الفاظ کم اور معانی زیادہ ہوں) دے کر بھیجا گیا ہے اور ایک دن جبکہ میں سو رہا تھا زمین کے خزانوں کی کنجیاں لا کر میرے ہاتھ پر رکھ دی گئیں۔ (صحیح بخاری؛ صحیح مسلم)

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا....

میری اور مجھ سے پہلے آنے والے انبیاء کی مثال ایسی ہے جیسے ایک شخص نے مکان بنایا جسے بہترین صورت میں تعمیر کیا اور سجایا لیکن ایک پہلو میں ایک اینٹ کی جگہ خالی چھوڑ دی اور لوگ اس مکان کے ارد گرد پھرتے ہیں اور اسے دیکھ کر حیران ہوتے ہیں اور کہتے ہیں کہ یہ اینٹ کیوں نہیں لگائی گئی۔

تو میں دراصل وہ اینٹ ہوں اور اسی لحاظ سے خاتم النبیین ہوں۔ (صحیح بخاری؛ صحیح مسلم)

ایک اور جگہ ارشاد ہوتا ہے....

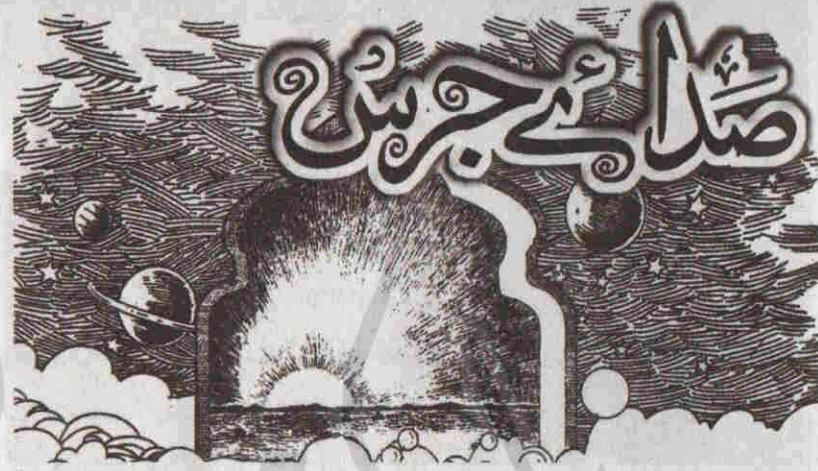
میری اور (میری امت کے) لوگوں کی مثال ایسی ہے جیسے ایک شخص آگ روشن کرتا ہے اور جب اس کے چاروں طرف روشنی پھیل جاتی ہے اور پتنگے، پروانے جو آگ میں گرا کرتے ہیں، آ آ کر اس آگ میں گرنے

لگتے ہیں تو وہ شخص ان کو کھینچتا اور روکتا ہے، لیکن وہ نہیں رکتے اور آگ میں گر جاتے ہیں۔ بالکل اسی طرح میں تم کو تمہاری کمر پکڑ کر جہنم کی آگ میں گرنے سے روکتا ہوں، لیکن لوگوں کا حال یہ ہے کہ وہ جہنم میں گرے جاتے ہیں.... (صحیح بخاری؛ صحیح مسلم)

فروری ۲۰۱۲ء

رُوحَانِی دُنْیَا جَنَّتْ

# صلواتِ جبرئیلی



سید المرسلین، خاتم النبیین حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کے نواسے سیدنا امام حسن بن علیؑ نے حضرت ہند بن ابی ہالہؑ سے اپنے نانا ﷺ کے اوصاف دریافت کیے۔

حدیث کی مستند کتابوں مثلاً اشکال ترمذی، طبقات ابن سعد اور طبرانی میں درج ہے کہ حضرت ہند بن ابی ہالہؑ نے بتایا:

حضور نبی کریم ﷺ عظیم المرتبت اور بارعب تھے، آپ ﷺ کا چہرہ اقدس چودھویں رات کے چاند کی طرح چمکتا تھا، قد متوسط قد والے سے کسی قدر طویل تھا لیکن لمبے قد والے سے نسبتاً کم تھا، یعنی متوازن... سر اعتدال کے ساتھ بڑا تھا، بال گھنگھریالے تھے، سر کے بالوں میں سہولت سے مانگ نکل آتی تو رہنے دیتے ورنہ مانگ نکالنے کا اہتمام نہ فرماتے، جب حضور ﷺ کے بال زیادہ ہوتے تو کانوں کی لو سے متجاوز نہ ہوتے تھے... آپ ﷺ کارنگ چمکدار، پیشانی کشادہ، ابرو ہمدار، باریک اور گنجان تھے، ابرو جدا جدا تھے، ایک دوسرے سے ملے ہوئے نہیں تھے۔ ناک مائل بہ بلندی تھی اور اس پر ایک چمک اور نور تھا، جو شخص غور سے نہ دیکھتا، وہ آپ ﷺ کو بلند ناک والا خیال کرتا۔

آپ ﷺ کے رخسار ہموار (اور ہلکے) تھے، سامنے کے دانتوں میں قدرے کشادگی تھی۔ آپ ﷺ کی گردن اتنی خوبصورت اور باریک، رنگ و صفائی میں چاندی کی صراحی کی طرح سفید اور چمکدار تھی۔ آپ ﷺ کے اعضاء پر گوشت اور معتدل تھے اور ایک دوسرے کو مضبوطی سے پکڑے ہوئے تھے۔ پیٹ اور سینہ ہموار تھے (لیکن) سینہ اقدس فراخ تھا۔ دونوں شانوں کے درمیان مناسب فاصلہ تھا۔ جوڑوں کی ہڈیاں قوی تھیں۔ ناف اور سینہ کے درمیان ایک لکیر کی طرح بالوں کی باریک دھاری تھی، سینہ اور بطن بالوں سے خالی تھے، البتہ بازوؤں، کندھوں اور سینہ مبارک کے بالائی حصہ پر کچھ بال تھے، کلائیوں دراز تھیں اور ہتھیلیاں فراخ،

نیز ہتھیلیاں اور دونوں قدم پر گوشت تھے، ہاتھ پاؤں کی انگلیاں تناسب کے ساتھ لمبی تھیں۔

آپ ﷺ کے تلوے قدرے گہرے، قدم ہموار اور ایسے صاف تھے کہ پانی ان سے فوراً ڈھلک جاتا۔ جب آپ ﷺ چلتے تو قوت سے قدم اٹھاتے مگر تواضع کے ساتھ چلتے، زمین پر قدم آہستہ پڑتا نہ کہ زور سے۔ آپ ﷺ سبک رفتار تھے اور قدم ذرا کشادہ رکھتے، جب آپ ﷺ چلتے تو یوں محسوس ہوتا گویا بلند جگہ سے نیچے اتر رہے ہیں۔

جب کسی طرف توجہ فرماتے تو پوری طرح متوجہ ہوتے۔ آپ ﷺ کی نظر پاک اکثر جھکی رہتی اور آسمان کی نسبت زمین کی طرف زیادہ رہتی، گوشہ چشم سے دیکھنا آپ ﷺ کی عادت تھی (یعنی غایت حیا کی وجہ سے آنکھ بھر کر نہیں دیکھتے تھے)، چلتے وقت آپ ﷺ اپنے صحابہؓ کے پیچھے چلتے (اور اس میں عار محسوس نہیں کرتے) اور جس سے ملتے سلام کہنے میں خود ابتدا فرماتے۔

پھر حضرت امام حسن بن علیؑ نے دریافت کیا کہ آپ ﷺ کا انداز گفتگو کیا تھا....؟  
حضرت ہند بن ابی ہالہؑ نے بتایا:

رسول اللہ ﷺ کو دیکھ کر ہمیں اکثر یہ احساس ہوتا کہ جیسے آپ ﷺ مسلسل کسی گہری سوچ میں ہیں اور کسی خیال کی وجہ سے کچھ بے چینی ہے۔ آپ ﷺ اکثر خاموش رہتے، بلا ضرورت بات نہ کرتے۔ جب بات کرتے تو پوری وضاحت سے کرتے۔ آپ ﷺ کی گفتگو مختصر لیکن فصیح و بلیغ، و عزم و حکمت اور جامع ہوتی۔ اس میں کوئی کمی یا اہم نہیں ہوتا تھا۔ نہ کسی کی مذمت و تحقیر کرتے نہ توہین و تنقیض، چھوٹی سے چھوٹی نعمت کو بھی بڑا ظاہر فرماتے۔ کسی چیز کی نہ تو زیادہ مذمت کرتے اور نہ ہی اتنی تعریف کہ جیسے وہ آپ ﷺ کو بے حد پسند ہو۔ ہمیشہ میانہ روی شعار تھا۔ کسی ذیوی معاملے کی وجہ سے نہ غصہ ہوتے نہ برامتا۔ لیکن اگر کسی کے حق کی بات ہوتی تو پھر کسی کو خاطر میں نہ لاتے اور جب تک اس کی تلافی نہ ہو جاتی، آپ ﷺ کو چین نہیں آتا تھا۔ ذاتی معاملہ میں نہ ناراض ہوتے نہ انتقام لیتے۔

جب اشارہ کرتے تو پورے ہاتھ سے کرتے، جب تعجب کا اظہار کرتے تو ہتھیلی گھمادیتے۔ جب کسی بات پر خاص طور پر زور دینا ہوتا تو ایک ہاتھ کو دوسرے ہاتھ سے اس طرح ملاتے کہ دائیں ہاتھ کی ہتھیلی پر بائیں ہاتھ کے انگوٹھے کو ماتے۔ جب کسی ناپسندیدہ بات کو دیکھتے تو منہ پھیر لیتے اور جب ہنستے تو ٹانگیں نیچی کر لیتے۔ آپ ﷺ کی زیادہ سے زیادہ ہنسی کھلے تبسم کی حد تک ہوتی۔ آپ ﷺ کے دانت شفاف ادولوں کی طرح چمکنے لگتے۔

حضرت امام حسن فرماتے ہیں جب میں نے اس کا ذکر اپنے چھوٹے بھائی امام حسینؑ سے کیا تو معلوم ہوا کہ وہ مجھ پر سبقت لے جا چکے ہیں اور پہلے ہی ہمارے والد (حضرت علیؑ) سے نانا ﷺ کے شاکل و اوصاف کے بارے میں دریافت کر چکے ہیں۔ امام حسین فرماتے ہیں کہ میں نے جب اپنے بابا حضرت علیؑ سے اپنے نانا رسول اللہ ﷺ کی گھریلو زندگی کے بارے میں دریافت کیا تو انہوں نے فرمایا:

حضور نبی کریم ﷺ جب اپنے گھر میں تشریف لے جاتے تو اپنی ذات کو تین حصوں میں تقسیم کر دیتے۔

کچھ حصہ اللہ کے لیے ہوتا، کچھ اہل و عیال کے لیے اور کچھ اپنی ذات کے لیے، لیکن جو اپنے لیے مختص ہوتا اسے دوسروں کے معاملات سلجھانے میں صرف کرتے، خاص اوقات میں عوام کو بھی جو فائدہ پہنچانا ہوتا، وہ خواص کے ذریعے پہنچاتے اور ان سے کچھ چھپا کر نہ رکھتے۔ حضور پاک ﷺ کی سیرت میں یہ بات بھی داخل تھی کہ ان اوقات میں اہل فضل کو ترجیح دیتے، اور اہل فضل کا درجہ ان کے دین سے متعین ہوتا۔ کسی کی ایک کسی کی دو اور کسی کی زیادہ ضرورتیں ہوتیں، پھر حضور ﷺ ان سب کی حاجت روائی میں متہمک ہو جاتے۔ وہ باتیں بتاتے جو مناسب حال ہوتیں، لیکن یہ بھی ارشاد فرماتے کہ جو موجود ہے، وہ غیر موجود تک یہ بات پہنچا دے اور جو اپنی حاجت مجھ تک نہیں پہنچا سکتا، اس کی حاجت کو مجھ تک پہنچاؤ، کیونکہ جو شخص حکام تک اپنا حرف مطلب نہ پہنچا سکتا ہو اس کی حاجت حکام تک پہنچا دینے کا صلہ یہ ہے کہ اللہ تعالیٰ اسے بروز حشر ثابت قدم رکھے گا۔ حضور ﷺ کے پاس لوگ خالی آتے اور کچھ لے کر واپس جاتے بلکہ اکثر رہنما بن کر نکلتے۔ حضور ﷺ کی خدمت میں جو بھی حاضر ہوتا، اسے بغیر کچھ کھائے پیے رخصت نہ فرماتے۔

پھر حضرت امام حسینؑ نے دریافت کیا کہ حضور ﷺ کا برتاؤ باہر کے لوگوں کے ساتھ کیسا تھا....؟

حضرت علیؑ نے فرمایا:

رسول اللہ ﷺ عموماً خاموش رہتے اور جہاں ضرورت ہوتی، جہاں لوگوں کا فائدہ ہوتا، تب ہی گفتگو فرماتے۔ لوگوں کی تالیفِ قلب فرماتے اور ان میں تفریق یا نفرت نہ پیدا کرتے۔ ہر قوم کے معزز شخص کی عزت کرتے اور حتی الامکان اسی کو امیر بناتے، غیر حاضر صحابیوں کی جستجو فرماتے اور لوگوں کے حال چال دریافت فرماتے تھے۔ اچھی بات کی تحسین و تقویب فرماتے اور بری بات پر نفرت و حقارت کا اظہار کرتے۔ ہر معاملے میں میانہ روی سے کام لیتے اور ادھر ادھر نہ ہوتے، لوگوں کے عقلمت و ملال میں پڑ جانے کے خوف سے خود کبھی غافل نہ ہوتے۔ ہر حالت کا مقابلہ کرنے کے لیے تیار رہتے۔ حق میں کبھی کوتاہی کرتے نہ تیار۔ حضور ﷺ کی نگاہ میں افضل وہ ہوتا جو سب سے زیادہ عوام کا خیر خواہ ہوتا اور منزلت میں سب سے بڑا وہ ہوتا جو ہمدردی و اعانت میں سب سے بہتر ہوتا۔“

پھر امام حسینؑ نے حضور ﷺ کی مجلس کا حال پوچھا تو حضرت علیؑ نے فرمایا:

حضور ﷺ جب بیٹھے یا بیٹھے تو ذکر الہی کرتے۔ اپنے بیٹھنے کے لیے کوئی جگہ مخصوص نہ فرماتے بلکہ اس سے منع فرماتے، اگر کسی محفل میں کنارے جگہ ملتی تو وہیں بیٹھ جاتے اور اسی طرز عمل کا حکم بھی فرماتے۔ اپنے تمام ہم نشینوں کو پورا پورا حق دیتے یہاں تک کہ آپ کا کوئی ہم نشین یہ گمان نہ کر سکتا کہ حضور ﷺ کی نظر میں کوئی دوسرا اس سے زیادہ مستحق کرم ٹھہرا ہے۔ جو کسی کام میں حضور ﷺ کے ساتھ بیٹھتا یا کھڑا ہوتا، تو حضور ﷺ ثابت قدمی میں غالب ہی رہتے، یہاں تک کہ اس کو ہنی پیچھے ہٹنا پڑتا۔ کوئی سائل سوال کرتا تو اسے خالی واپس نہ فرماتے، یا تو اس کی حاجت پوری کرتے یا نرم کلامی سے اسے رخصت کرتے۔ حضور ﷺ کے اخلاق و کرم تمام انسانوں پر عام تھے اور حضور ﷺ سب کے لیے ایک مشفق باپ جیسے تھے اور سب لوگ

حضور ﷺ کی نظر میں یکساں حق رکھتے تھے۔ حضور ﷺ کی محفلِ حلم و حیا اور صبر و امانت کی محفل ہوتی تھی۔ اس میں آوازیں بلند نہ ہوتی تھیں۔ وہاں بیہودہ گفتگو نہ ہوتی تھی، نہ مجلسی لغزشوں کی اشاعت کی جاتی۔ سب اہل مجلس برابر ہوتے۔ وجہ نفضیات صرف تقویٰ ہوتی تھی۔ سب متواضع رہتے۔ بڑوں کا ادب اور چھوٹوں پر شفقت کرتے۔ ضرورت مند کو اپنے اوپر ترجیح دیتے۔ پردہ کی حفاظت کرتے۔

امام حسینؑ نے دریافت فرمایا کہ اپنے ہم نشینوں میں حضور ﷺ کا کیا انداز ہوتا....؟

حضرت علیؑ نے فرمایا:

حضور نبی کریم ﷺ خوش و خرم رہتے۔ مزاج کے نرم تھے اور زندگی میں سادے، تند خو اور سخت مزاج ہر گز نہ تھے۔ آواز نہ کرخت نہ ضرورت سے زیادہ نرم، نہ نکتہ چینی فرماتے نہ حد درجہ تعریف۔ جس بات کو ناپسند فرماتے اس سے تغافل برتتے، یعنی نہ اس سے دلچسپی لیتے اور نہ اس کا جواب دیتے۔ تین طرح کی باتوں سے قطعاً پرہیز فرماتے، اول جھگڑے سے، دوم بے ضرورت اور طویل کلام سے اور سوم لایعنی گفتگو سے۔ لوگوں سے متعلق تین باتوں سے کامل اجتناب فرماتے، اول کسی کی مذمت سے، دوم کسی کو شرمندہ کرنے سے اور سوم کسی کی پوشیدہ بات معلوم کرنے سے۔ جب گفتگو فرماتے تو تمام ہم نشین ادب کے ساتھ اس طرح خاموش ہو جاتے، گویا ان کے سروں پر چڑیاں بیٹھی ہوئی ہیں اور ان کے سر ہلانے سے ان کے اڑ جانے کا ڈر ہے۔ جب حضور ﷺ خاموش ہو جاتے تو لوگ بولتے، لیکن باہم کسی بات پر ٹکرا نہ کرتے۔ حضور ﷺ سے کوئی گفتگو کرتا تو جب تک وہ بات ختم نہ کر لیتا، سب لوگ خاموشی سے سنتے۔ جو گفتگو پہلے شروع ہوتی وہی سب کا موضوع سخن ہوتا۔ جس بات پر لوگوں کو ہنسی آتی، حضور ﷺ بھی اس پر مسکرا دیتے۔ جس بات پر لوگ متعجب ہوتے، اس پر حضور ﷺ بھی اظہار تعجب فرماتے۔ کوئی پردہ کی گفتگو یا سوال میں تہذیب سے گزر جاتا تو حضور ﷺ بڑے صبر و تحمل سے کام لیتے۔

پھر حضرت امام حسینؑ نے دریافت کیا کہ حضور ﷺ کی خلوت کا کیا انداز تھا....؟

حضرت علیؑ نے فرمایا:

حضور ﷺ چار مواقعوں پر خاموشی اختیار فرماتے۔ حلم کے موقع پر، احتیاط کے وقت، کسی بات کا اندازہ کرتے وقت اور کسی معاملے میں غور و فکر کے وقت۔ اندازہ اس موقع پر فرماتے جب لوگوں کو یکساں نظر سے دیکھتے اور سب کی باتیں سنتے اور غور و فکر ان چیزوں میں ہوتا جو باقی رہتی ہیں یا فنا ہو جاتی ہیں۔ حضور ﷺ کا حلم صبر کے موقع پر ظاہر ہوتا تھا، یعنی کوئی چیز حضور ﷺ میں غیظ و غضب نہیں پیدا کرتی تھی اور احتیاط چار موقعوں پر ملحوظ خاطر ہوتی، اول اچھی بات کو اس لیے اختیار کرنا تاکہ لوگ بھی اس کی پیروی کریں، دوم بری بات کو اس لیے ترک کرنا کہ لوگ بھی اس سے بچیں، سوم اجتہاد ان چیزوں میں جو امت کی اصلاح سے تعلق رکھتی ہوں اور جہاد ایسی باتوں کا قیام جس سے امت کی دنیا اور عقبی دونوں سنور جائیں۔



کائنات، نبی آخر کے القابات پر خاص طور پر غور کیجئے۔

روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ سے پوچھا گیا کہ اللہ نے کائنات میں سب سے پہلے کس چیز کو پیدا کیا...؟ حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام نے ارشاد فرمایا:

اول ما خلق الله نوری

ترجمہ: اللہ تعالیٰ نے سب سے پہلے میرا نور تخلیق کیا۔

حضرت امام زین العابدینؑ کو ان کے والد گرامی سید الشہداء حضرت امام حسینؑ نے بتایا تھا کہ انہوں نے اپنے والد باب العلم حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے سنا، حضرت علیؑ نے خود رسول اللہ ﷺ سے سنا کہ میں آدم کے پیدا ہونے سے چودہ ہزار برس پہلے اپنے پروردگار کے حضور میں ایک نور تھا۔

یہاں یہ بات ذہن نشین رہے کہ زمین کے وقت کے بیٹانوں اور عالم بالا کے وقت کے بیٹانوں میں بہت فرق ہے۔ لہذا اس مدت کو زمین کے چودہ ہزار برس کی مدت کا شمار نہیں کرنا چاہئے۔ وہاں کا ایک منٹ تو یہاں کے سینکڑوں برسوں کے برابر ہوتا ہے۔

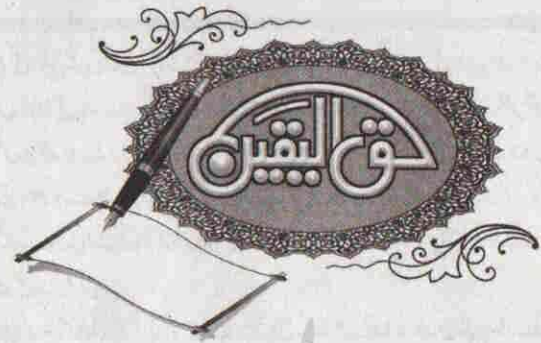
آدم کی تخلیق کے بعد انبیاء کرامؑ کا سلسلہ قائم فرمایا گیا تو عالم ارواح میں ہی اللہ تعالیٰ نے تمام انبیاء سے حضرت محمد ﷺ کی نبوت پر عہد و اقرار لیا۔ اس عہد و اقرار کا علم ہمیں قرآن پاک سے ہوتا ہے:

واخذ الله ميثاق النبين لما آتيتكم من كتاب وحكمة

ثم جاءكم رسول مصدق لما معكم لتؤمنن به ولتنصرنه ○

ترجمہ: یاد کرو اس وقت کو جب اللہ نے تمام انبیاء سے عہد لیا کہ جو کچھ میں تمہیں کتاب و حکمت دوں پھر تمہارے پاس وہ رسول آجائے جو تمہارے پاس کی چیزوں (پیغامات الہی اور کتابوں کی) کی تصدیق کرے تو تم اس پر ایمان لانا اور اس کی مدد کرنا۔ پھر فرمایا کیا تم سب اقرار کرتے ہو۔ اور اس پر میرا ذمہ لینے ہو؟ سب (انبیاء) نے کہا کہ ہمیں اقرار ہے۔ اللہ نے فرمایا اب تم گواہ ہو میں بھی تمہارے ساتھ گواہوں میں سے ہوں۔ (سورہ آل عمران: آیت 81)

امیر المؤمنین حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ اللہ تعالیٰ نے ہر ایک نبی سے پختہ عہد لیا کہ اگر اس کی موجودگی میں حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کی بعثت ہو تو اس نبی پر لازم ہے کہ حضرت محمد ﷺ کی رسالت پر ایمان لاکر آپ ﷺ کے امتی ہونے کا شرف حاصل کرے اور ہر طرح حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کی تائید و نصرت کرے۔ اس عہد کی تکمیل کا ایک مظاہرہ اس وقت بھی ہو جب معراج کے موقع پر حضرت محمد ﷺ مکہ سے بیت المقدس تشریف لے گئے۔ اللہ تعالیٰ نے بیت المقدس میں تمام انبیاء کرامؑ کو جمع فرمایا اور یہاں تمام انبیاء کرامؑ نے حضرت محمد ﷺ کی اقتداء میں صلوٰۃ قائم کی۔ حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام کی امامت میں ان انبیاء کرامؑ کا نماز ادا کرنا گویا ای بلند مرتبہ عہد کی عملی توثیق کی ایک شکل تھی۔



اپنی زندگی میں ایک مرتبہ پھر ہمیں یہ موقع مل رہا ہے کہ ہم ربیع الاول کے مبارک مہینہ میں نوع انسانی پر اللہ تعالیٰ کے عظیم ترین احسان یعنی اللہ کے آخری نبی، انسان کامل، رحمت اللعالمین حضرت محمد ﷺ کی ولادت کی خوشیاں منائیں، اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کرتے ہوئے اللہ کے نبی ﷺ کا ذکر کریں۔ آپ ﷺ کی خدمت میں صلوٰۃ و سلام پیش کریں۔

اللہ کے محبوب نبی ﷺ کے ذکر کے لئے کسی مہینہ، کسی دن، کسی لمحہ کی کوئی تخصیص تو نہیں ہے۔ ہر مہینہ ذکر نبوی ﷺ کا مہینہ ہے۔ ہر دن ذکر نبی ﷺ کا دن ہے اور ہر لمحہ ذکر نبی ﷺ کا لمحہ ہے تاہم کچھ اوقات بعض واقعات کی نسبت سے خاص ہو جاتے ہیں۔ نسبت کی وجہ سے ان اوقات کی اہمیت بہت بڑھ جاتی ہے، جیسے رمضان کے مبارک مہینہ میں تلاوت قرآن، نزول قرآن کی نسبت سے رمضان کے آخری عشرہ میں شب بیداری و دیگر عبادات۔ اسی طرح ربیع الاول کے مبارک مہینہ کو حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کی پیدائش کی نسبت سے خصوصی اہمیت ہے۔ اس تعلق کی بناء پر امت مسلمہ کے لئے یہ مہینہ بھی مبارک و محترم ہے۔ اسے عید میلاد النبیؐ یا عید النبیؐ پر کہا جاتا ہے کیونکہ عید الفطر اور عید الاضحیٰ حضور ﷺ کی آمد کے باعث ہی ہمارے لئے تہوار بنے۔ حضور ﷺ سے تعلق کی بناء پر ربیع الاول کے دوران دنیا بھر میں مسلمانان ذکر نبی ﷺ کا زیادہ اہتمام کرتے ہیں۔ اس ماہ مبارک میں مسلمانان عالم اللہ کے احسان پر خصوصی اہتمام کے ساتھ انفرادی و اجتماعی طور پر اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کرتے ہیں۔

یہ اللہ تعالیٰ کا انسانوں پر، تمام عالمین پر خاص فضل و کرم نہیں تو اور کیا ہے کہ اللہ نے اس کائنات کے اور اپنے درمیان اپنی محبوب ترین ہستی محمد ﷺ کو وسیلہ بنایا۔

اس پوری کائنات کی بنیاد اللہ کا نور ہے۔

اللہ نور السموات والارض ○ ترجمہ: اللہ آسمانوں اور زمین کا نور ہے۔ (سورہ نور)

جس چیز نے اس کائنات کو برقرار رکھا ہوا ہے وہ اللہ کا نور ہے۔ اللہ کے حبیب حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ، خالق کائنات اور کائنات کے درمیان اس نور کی ترسیل میں واسطہ یا میڈیم ہیں۔ حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام کے القابات میں سے نور اول، باعث تخلیق

اس زمین پر اپنے اپنے ادوار میں بھی ہر نبی نے اپنے امتیوں کو حضرت محمد ﷺ کی آمد کی نوید سنائی تھی۔ اللہ تعالیٰ کی طرف سے انبیاء سے سابقین پر نازل کردہ کتب میں بھی حضرت محمد ﷺ کی آمد کی بشارات موجود تھیں۔ آج بھی دنیا کے مختلف خطوں اور مختلف زبانوں کے قدیم مذہبی لٹریچر میں حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کی آمد کا ذکر موجود ہے۔

اللہ کے آخری رسول، اس کے محبوب، باعثِ تخلیق کائنات، انسان کامل حضرت محمد ﷺ رحمت اللعالمین بن کر اس دنیا میں تشریف لائے۔ بعض روایات کے مطابق آپ ﷺ کے وسیلے ہی آدم علیہ السلام کی بخشش ہوئی۔ آپ ﷺ کی شفاعت ہی سے روز قیامت گناہ گاروں کی بخشش ہوگی۔ گویا آپ ﷺ روزِ ازل یعنی ازل میں بھی بخشش کا ذریعہ تھے اور روزِ آخر یعنی اہد میں آپ ﷺ ہی بخشش کا ذریعہ ہیں۔ اللہ تعالیٰ نے ان دو زمانوں یعنی زمانہ اول اور زمانہ آخر کے درمیان یعنی وسط میں آپ ﷺ کو اس دنیا میں مبعوث فرمایا۔ آپ ﷺ کی رسالت پر ایمان لانے والوں سے اللہ خوش ہو اور ان لوگوں کو امت و سبطی کا خطاب عطا فرمایا۔

و كذلك جعلناكم أمةً وسطاً لتكونوا شهداء

على الناس ويكون الرسول عليكم شهيداً

ترجمہ: اور اس طرح ہم نے تمہیں امت و سبطی بنایا تاکہ تم گواہ بنو لوگوں پر اور رسول

(ﷺ) تم پر گواہ ہوں۔ (سورہ بقرہ: آیت 143)

حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کی رفعت شان یہ ہے کہ آپ ﷺ حضرت آدم سے لے کر حضرت عیسیٰ علیہ السلام تک آنے والے تمام انبیاء کے سردار ہیں۔ آپ ﷺ پر نبوت تمام ہو گئی۔ حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کے بعد قیامت تک کوئی نبی یا رسول نہیں۔ اب قیامت تک آپ ﷺ کی امت عقیدہ توحید کی حفاظت کرے گی اور اسے فروغ دے گی۔ اس امت کی یہ ذمہ داری ہے کہ وہ قرآنی آیات اور رسول اللہ ﷺ کی تعلیمات کی روشنی میں دنیا میں اچھائیوں کو فروغ دے اور بُرائیوں کا انسداد کرے۔ اسی صفت یا اس ذمہ کی وجہ سے امت و سبطی تمام امتوں سے بہتر امت ہے۔

كنتم خير أمةٍ أخرجت للناس تأمرون بالمعروف

وتنهون عن المنكر وتؤمنون بالله

ترجمہ: (محمد ﷺ کے امتیوں!) تم بہترین امت ہو جو لوگوں کے لئے پیدا کی گئی ہے کہ تم اچھی

باتوں کے لئے کہتے ہو اور بُری باتوں سے منع کرتے ہو اور اللہ پر ایمان رکھتے ہو۔ (سورہ

آل عمران - آیت 110)

ہمیں سوچنا چاہیے کہ ہم مسلمانوں پر اللہ تعالیٰ کا کتنا بڑا انعام ہوا ہے۔ ہم پر اللہ کا کتنا بڑا احسان ہے۔ اللہ تعالیٰ اپنے برگزیدہ انبیاء سے اقرار لے رہا ہے کہ اگر تم میرے حبیب محمد مصطفیٰ ﷺ کا زمانہ پاؤ تو ان کی رسالت پر ایمان لا کر ان کے امتی ہونے کا شرف حاصل کر لینا۔ یہ بات ذہن میں رکھتے ہوئے ذرا غور کیجئے کہ محمد مصطفیٰ ﷺ کا امتی

ہونا کتنی بڑی سعادت ہے.... کتنا بڑا اعزاز ہے۔ دنیا کی ہر نعمت سے بڑی نعمت اللہ کے حبیب حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کا امتی ہونا ہے۔

ہر نعمت کا شکر ادا کرنا واجب ہے۔ اس نعمتِ عظیمی کا تو بہت زیادہ شکر لازم ہے۔ اس شکر کی ادائیگی کے طریقے کیا ہوں....؟ مگر ان طریقوں کی تلاش سے پہلے ہمیں اپنے آپ کو ٹٹولنا چاہئے۔ اپنے آپ سے یہ بھی پوچھنا چاہئے کہ خود کو میسر اس عظیم ترین نعمت کا ہمیں کچھ احساس بھی ہے....؟

آج سو ارب سے زائد آبادی پر مشتمل امت مسلمہ میں مجموعی طور پر فکر و نظر کی کوتاہی، علمی پسماندگی، دانش و بصیرت کی کمی، مادی و روحانی عدم توازن، مذہبی تفرقہ بازی، سیاسی عدم استحکام، معاشی کمزوری، معاشرتی عدم تنظیم دیکھ کر تو یہی اندازہ ہوتا ہے کہ ہمیں خود پر اللہ کے عظیم ترین انعام کا احساس ہی نہیں ہے۔ جب ہمیں احساس ہو گا تب ہی تو ہم اس انعام کا حق ادا کرنے کی کوشش کریں گے، اس نعمت کے شکر کے بارے میں سوچیں گے۔

عید میلاد النبی ﷺ کے متبرک و مقدس موقع پر نعشیں پڑھتے و سنتے ہوئے، بارگاہِ رسالت مآب ﷺ میں ہدیہ صلوات و سلام پیش کرتے ہوئے ہمیں ہر دم اللہ کے عظیم احسان کا ادراک کرتے ہوئے اس کا شکر بھی ادا کرنا چاہئے۔

یہ شکر کیسے ادا ہو....؟

کیا زبان سے ”اللہ تبارک و تعالیٰ“ کہہ دینے سے اس نعمت پر ادائیگی شکر کے تقاضے پورے ہو جائیں گے؟

جواب کسی اور سے نہیں اپنے دل سے پوچھ لیجئے۔

میرا دل تو کہتا ہے.... نہیں!

اگر آپ بھی اس خیال سے متفق ہیں تو کیوں نہ اس برس ماہِ ربیع الاول میں عید میلاد النبی ﷺ کی خوشیاں منانے کے ساتھ ساتھ ہم یہ عہد بھی کریں کہ خاتم النبیین حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کے امتی ہونے کا شکر ادا کرنے، اس نعمت کا حق ادا کرنے کے لئے خود کو تیار کرنا شروع کریں گے۔ ہم یہ جاننے اور سمجھنے کی کوشش کریں گے کہ امت و سبطی اور خیر امت کے رکن ہونے کے باعث ہم پر کیا ذمہ داریاں ہیں اور ان ذمہ داریوں کی درست ادائیگی کس طرح ممکن ہے....؟

اللہ تعالیٰ کا وعدہ ہے:

والذین جاهدوا فإينما لنهدينهم سبلنا وان الله لمع الحسنيين

ترجمہ: اور جنہوں نے ہماری راہ میں کوششیں کیں ہم ان پر اپنی راہیں کھول دیں گے اور بیشک

اللہ نیکو کاروں کے ساتھ ہے۔ (سورہ عنکبوت: آیت 69)

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ  
مَا کَانَ وَقَارِ یُوسُفَ عَظِیْمِ

آج دنیا کے مختلف فکری بحرانوں کا

حل یہی ہے کہ موجودہ دور کے مفکرین

حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کی

تعلیمات کی روشنی میں اپنے

نظام ہائے فکرنے سرے

سے مرتب کریں، اسی میں

نوع انسانی کی بقا کا راز مضمر ہے، اس

کے علاوہ تمام فکری راستے آخر کار نائنصافی، تباہی و بربادی کی طرف لے جاتے ہیں۔

## عصر حاضر کے انسان کا سب سے بڑا روگ

ہستیوں کی فکری رہنمائی ہی تھی جس کے باعث انسانوں کی بڑی تعداد کو توہمات پرستی اور مفروضہ روایات کی قید سے ذہنی و فکری آزادی کا راستہ ملا۔۔۔

مغربی مفکرین کے نظریات انسان کی آزادی فکری پر بہت زیادہ زور دیتے ہیں لیکن پس پردہ حقیقت یہ ہے کہ وہ سرمایہ داروں کی ایما پر آزادی فکری کی آڑ میں آزاد مندی کی معیشت کے لیے راہ ہموار کرتے رہے ہیں، وقت اور حالات ان میں سے بہت سی خود ساختہ تحقیقوں کو استحصالی مفروضے ثابت کر چکے ہیں اور کچھ کی قطعی بس کھٹنے ہی والی ہے۔ جس طرح ماضی میں شرک کے

جمیل احمد خان

علیہ داروں نے انسانوں کو توہمات میں مبتلا کر کے اپنے لیے مال و منال کے راستے ہموار کیے تھے، شاید اسی طرح جدیدیت (Modernism) کا پرچار کرنے والے مفکرین نے انسان کو اس توہم میں مبتلا کرنے کی کوشش کی ہے کہ دیگر حیوانات کی مانند وہ بھی ایک حیوان ہی ہے اور اس کی زندگی کا مقصد محض خواہشات نفس کی تکمیل ہے، چنانچہ جبر و استبداد اپنی ایسی صورت میں سامنے آیا کہ شاید پہلے کبھی اس کا

مغرب میں متعارف کرائے جانے والے جدید علوم کے مختلف شعبوں میں سے ایک شعبہ مذہبی عمرانیات Sociology of Religion بھی ہے۔ پیٹر ایل برگر نے اس شعبے میں بہت کام کیا ہے۔ کارل ماکس، میکس ویبر اور دیگر مغربی مفکرین کے نظریات سے اس شعبے کی آبیاری کی گئی ہے۔ لیکن یہ عجیب تضاد ہے کہ مذہبی عمرانیات میں دیگر علوم کے شعبوں کے برعکس پہلے سے ہی یہ فرض کر لیا گیا ہے کہ مذہب معاشرتی عمل اور رد عمل کا ایک مظہر Phenomena ہے۔ اس مفروضے کی شہادت اور تصدیق کا انتظار کیے بغیر ہی وحی و الہام کے شعبوں کو سرے سے نظر انداز کر دیا گیا۔

تاریخ کا غیر جانبدارانہ مطالعہ کیا جائے تو ہمیں اس امر کے شواہد باآسانی میسر آجائیں گے کہ نیم وحشی طرز زندگی سے تہذیب و تمدن کی جانب ارتقائی سفر کا آغاز اس بنا پر ممکن ہو سکا تھا کہ انسانی فکر کو ہمیز دینے کے لیے اللہ کے فرستادہ نوع انسانی کے جوہر پیغمبران کرام علیہم السلام اپنا کردار ادا کرتے رہے تھے۔ ان قدسی نفس

## سنت محمدی ﷺ

حضرت علیؓ سے روایت ہے کہ

”میں نے رسول اللہ ﷺ سے عرض کیا: آپ کی سنت یا طریقہ زندگی کیا ہے؟۔۔۔“

آپ ﷺ نے فرمایا:

معرفت و عرفان میرا اس المال یا سرمایہ حیات ہے عقل میرے دین کی اصل ہے محبت میری زندگی کی اساس یا بنیاد ہے شوق میری سواری ہے ذکر الہی میرا مونس و توفیق میرا خزانہ غم (فکر مندی) میرا ریش ہے علم میرا ہتھیار ہے صبر میری چادر ہے رضا میرا مال غنیمت ہے تواضع و انکساری میرا آخر ہے زہد میرا پیشہ ہے یقین میری طاقت و توانائی ہے صدق میرا حامی و شفیع ہے اطاعت (الہی) میری کفایت کرنے والی ہے جدوجہد میری عادت ہے نماز میں میری آنکھوں کی ٹھنڈک ہے

النَّعْرَةَ بِرَأْسِ مَالِي  
وَالْعَقْلُ أَصْلُ دِينِي  
وَالْحُبُّ أَسَاسِي  
وَالشَّوْقُ مَوْكِبِي  
وَذِكْرُ اللَّهِ أَيْدِي  
وَالثِّقَّةُ كَنْزِي  
وَالْحُزْنُ رَيْبِي  
وَالْعِلْمُ سِلَاحِي  
وَالصَّبْرُ رَدَائِي  
وَالرِّضَا مَالُ غَنِيمَتِي  
وَالعَجْزُ شُحْرِي  
وَالزُّهْدُ هُدًى جَوْلَتِي  
وَالْيَقِينُ قُوَّتِي  
وَالصِّدْقُ شَفِيعِي  
وَالطَّاعَةُ حَسْبِي  
وَالجِهَادُ حُلَّتِي  
وَقَرَّةَ عَيْنِي فِي الصَّلَاةِ

(تخریج احادیث الاحیاء الفوائد للجمود الشوکانی، کشف الخفاء، بحوالہ: کتاب الشفاء، قاضی عیاض: صفحہ 216)



تصور بھی نہ کیا جاسکتا ہو۔

آزاد خیالی کے مفکر کے جس نظریے نے آزاد منڈی کی معیشت کو تشکیل دیا تھا آج وہ دنیا بھر کے لیے وبال جان بن چکا ہے۔ آج الیکٹرانک میڈیا پر مکمل کنٹرول کی بدولت ملٹی نیشنل کمپنیز مملکتوں اور ریاستوں کی حدود و قیود کو پھلانگ کر کھلے بندوں من مانیں کر رہی ہیں۔ دنیا کی چالیس بڑی معیشتوں میں سے ستائیس ملٹی نیشنل کمپنیوں کی ہیں، باقی تیرہ ریاستیں ہیں اور ہر گزرتے دن ریاستوں کا کردار محدود سے محدود تر ہوتا جا رہا ہے۔ ریاست کی ضرورت ان عالمی اداروں کو اسی وقت پڑتی ہے جب کہ انہیں عراق و افغانستان کی صورت حال درپیش ہو یا پھر کہیں کوئی تحریک ان کے جبر و استحصال کے خلاف شروع کی جائے خصوصاً سخت کشوں کے حقوق پر مبنی تحریکوں کو روکنے کے لیے ریاست کے تمام جبرہ آلات کی ان کو ضرورت پڑ جاتی ہے تاکہ ان تحریکوں کو شکست دے کر ہوس پرستی پر مبنی نظام زر کو بچایا جاسکے۔ ایسی ہر صورت میں یہ کمپنیز ریاست کو بطور چھتیا استعمال کرتی ہیں۔ یہ کمپنیز دنیا کے مختلف حصوں میں سرمایہ داری اور سامراجیت کی ستانی ہوئی محکوم اور استحصال کی شکار قوموں کو اپنے مذموم مقاصد کے لیے استعمال کرتی آئی ہیں۔ انہی عالمی قوتوں نے دنیا میں شدت پسندی اور مذہبی منافرت کو تہذیبی تصادم کے عنوان سے فروغ دیا ہے۔

یہ آزاد روی پر مبنی افکار کا شاخسانہ ہی تو ہے کہ تقریباً چار ارب انسان شدید قسم کی غذائی قلت سے دوچار ہیں، جسے بلا تردد قرار دیا جاسکتا ہے۔۔۔۔۔

وحی و الہام کی رہنمائی کا انکار کرنے والے مفکرین کا خیال ہے کہ دنیا میں کسی آفاقی سچائی کا وجود نہیں ہے، بلکہ

آفاقی سچائی کا تصور ان کے نزدیک محض خیالی تصور ہے۔۔۔۔۔ ان کے نظریات کے مطابق جو کچھ ہم دیکھ رہے ہیں، اس کی حیثیت (Absolute Reality) کی نہیں، بلکہ ہم وہی کچھ دیکھتے ہیں جو کہ دیکھنا چاہتے ہیں۔۔۔۔۔ قدروں کی اضافیت کے نظریے نے سماجی اداروں اور انضباطی عوامل (Regulating Factors) کو بڑی طرح متاثر کیا ہے۔ خاندانی نظام اور شادی بیاہ کے بندھنوں کا انکار ہے نہ اقرار۔ عفت، ازدواجی وفاداری اور شادی کے بندھن موجودہ دور کے مفکرین کے نزدیک محض مفروضات ہیں۔ اسی طرح صنف کی بنیاد پر علیحدہ علیحدہ کردار کو بھی وہ آفاقی نہیں مانتے۔ ناصرف مرد عورت کے درمیان تقسیم کار کے روایتی فارمولوں کے وہ منکر ہیں، بلکہ مرد اور عورت کے جوڑے کو بھی ضروری نہیں سمجھتے۔ شادی مرد اور عورت کے درمیان بھی ہو سکتی ہے اور مرد اور عورت اور عورت اور عورت کے درمیان بھی، کوئی چاہے تو اپنے آپ سے بھی کر سکتا ہے۔ مرد اور عورت شادی کے بغیر ایک ساتھ رہنا پسند کریں تو اس پر بھی کوئی اعتراض نہیں ہے۔ ایک ساتھ بھی نہیں رہنا ہے تو صرف تکمیل خواہش کا معاہدہ ہو سکتا ہے۔ یہ سب ذاتی پسند اور ذوق کی بات ہے۔ فیشن، لباس، طرز زندگی ہر معاملے میں کوئی بھی ضابطہ اور بندش گوارا نہیں ہے۔ مرد یا بڑھا سکتا ہے، چوٹی رکھ سکتا ہے، اسکرٹ پہن سکتا ہے، زنانہ نام رکھ سکتا ہے، کسی بھی رنگ اور ڈیزائن کا لباس پہن سکتا ہے۔ سوسائٹی کو فرد کے کسی بھی رویے کو ناپسند کرنے کا کوئی حق نہیں ہے۔ حتیٰ کہ اگر کوئی مادر و زاد پر ہنر رہنا چاہے تو سوسائٹی اس پر بھی معترض نہیں ہو سکتی۔

آج نوع انسانی کی بقا کو لاحق اصل خطرہ ایٹمی ہتھیار

ایک لمحہ کا غور و فکر ساٹھ سال کی عبادت سے بہتر ہے۔ (ابوالشیخ، مسند فردوس)

لٹیں ہیں، اس لیے کہ ان کو تلف کرنے کی کوئی نہ کوئی صورت نکل سکتی ہے۔ اصل خطرہ موجودہ دور کے انسان کی سوچ ہے اور وہ سچ یا وہ طرز ہے، جس کے تحت آج کے انسان کی سوچ و فکر آگے بڑھ رہی ہے اور یہ راستہ بالآخر نوع انسانی کی تباہی کی منزل پر ختم ہوتا ہے۔

ترقی یافتہ دنیا کے وہ لوگ جو بوڑھے ہو چکے ہیں یا بوڑھے ہو رہے ہیں بہت بڑی طرح نفسیاتی دباؤ میں مبتلا ہیں اور جو جوان ہیں ان کی بہت بڑی تعداد وقت سے پہلے ہی بوڑھی ہو رہی ہے، جسمانی لحاظ سے نہ سہی لیکن افادیت کے لحاظ سے، مثال کے طور پر ٹیکنالوجی میں اس قدر تیز رفتاری کے ساتھ تبدیلی آتی جا رہی ہے کہ ترقی یافتہ دنیا میں ایک عام انجینئر زیادہ سے زیادہ دس برس تک کار آمد رہ سکتا ہے، یہی صورت حال دوسرے شعبوں میں بھی ہے۔

کہنے کو دنیا گویا دلچ میں تبدیل ہو چکی ہے اور لوگ ٹیکنالوجی کے جال میں بندھے ایک دوسرے سے رابطے میں ہیں۔۔۔۔۔ معلومات کا ایک انبار موجود ہے، عام ذہنی سطح کے فرد کے لیے بھی۔۔۔۔۔ ہر شے کی جزئیات تک کے حوالے سے اس قدر معلومات ہیں کہ ان سب کو جاننا کسی ایک فرد کے لیے تو کیا کئی اداروں کے بس کی بات بھی نہیں۔۔۔۔۔ لیکن کوئی یہ نہیں سوچتا کہ جو معلومات ہمیں بہم پہنچانی جا رہی ہیں وہ اس قدر مختلف النوع ہیں کہ ان پر دسترس حاصل کرنا تو درکنار انہیں جمع کرنے میں ہی انسانی شخصیت بکھر کر رہ جاتی ہے۔

امریکی محکمہ تجارت کی ایک ذیلی شاخ مینس بیورو کی جائزہ رپورٹ کے مطابق امریکہ میں غربت کی شرح میں تیزی سے اضافہ ہو رہا ہے جبکہ ہر پانچواں امریکی شہری غربت کی زندگی گزار رہا ہے۔ معاشی بحران کے باعث

امریکہ میں لاکھوں افراد بے روزگار ہو چکے ہیں اور ہر آنے والے دن میں ان کی تعداد بڑھ رہی ہے۔ امریکی لیبر ڈپارٹمنٹ نے اپنی ایک رپورٹ میں کہا ہے کہ بے روزگاری الاؤنس وصول کرنے والوں کی تعداد اپنی ریکارڈ سطح پر پہنچ چکی ہے۔ ذہنی صحت سے متعلق تنظیموں کا کہنا ہے کہ بے روزگاری سے نفسیاتی مسائل میں اضافہ ہو رہا ہے۔ حالات سے مجبور ہو کر بہت سے لوگ خودکشی کے بارے میں سوچ رہے ہیں۔ ایک حالیہ رپورٹ میں بتایا گیا ہے کہ ہر پانچ میں سے ایک امریکی کسی نہ کسی ذہنی مرض میں مبتلا پایا گیا ہے۔ ایک کروڑ چودہ لاکھ امریکی شدید نوعیت کے دماغی عارضے میں مبتلا ہیں، جبکہ ستاسی لاکھ امریکی خودکشی کے بارے میں سوچ رہے ہیں۔

ایک زمانہ تھا جب ارتقاء اور انقلاب کی اصطلاحیں تو شاید موجود نہ ہوں لیکن شعوری ترقی اور ذہن و قلب کی ماہیت کا تصور موجود تھا۔۔۔۔۔ تب علم ”حکمت“ کا نام تھا۔۔۔۔۔ مگر اب محض معلومات کا نام ہے۔۔۔۔۔ حکمت سے مراد ہے ارد گرد بکھری ہوئی قدرت کی نشانیوں پر غور و فکر اور ان میں باہمی ربط کی تلاش، ایسے اصول اور رویوں کو اپنانا، جو قلبی سکون کا باعث بنیں۔ دراصل موجودہ دور کے انسان کا بنیادی مسئلہ یہی ہے کہ وہ وحی کی رہنمائی کے بغیر بے سوچے سمجھے آگے بڑھتا جا رہا ہے، چنانچہ اس کا یہی رویہ اس کے تمام مسائل کی بنیاد بن گیا ہے۔

جیسا کہ ہم نے پہلے بھی بیان کیا کہ بہت سے مغربی مفکرین کا دعویٰ ہے کہ انسان اپنے بعض اوصاف و خصائص میں حیوانات بلکہ جمادات کے ساتھ اشتراک رکھتا ہے۔ مگر حقیقت یہ ہے کہ انسان حیوانات اور جمادات کے ساتھ بعض باتوں میں اشتراک کے باوجود کچھ ایسے

علم حاصل کرواگرچہ چین میں ہو، علم حاصل کرنا ہر مسلم پر فرض ہے۔ (صحیح مسلم)

# خیر البشر ﷺ نمبر

تاجدار کائنات ﷺ کی بعثت سے تاریخ  
انسانیت میں علم و فن، فکر و فلسفہ، سائنس و  
ٹیکنالوجی اور ثقافت کے نئے اسالیب کا آغاز ہوا  
اور دنیا علمی اور ثقافتی

## عہد نبوی ﷺ کا

عرب اور خاص کر مکہ مکرمہ کی معاشرتی حالت کا جو  
قبل اسلام پائی جاتی تھی، اگر قریب سے مطالعہ کیا جائے تو  
ناگزیر اس نتیجے پر پہنچنا پڑتا  
ہے کہ اس زمانے کے

عربوں میں غیر معمولی صلاحیتیں پائی  
جاتی تھیں۔ جب اسلامی تعلیمات  
نے ان صلاحیتوں کو مصیقل کیا تو  
عربوں نے اپنی اُچھ اور کارکردگی  
کی قابلیت سے دنیا کو حیران کر دیا اور جب "وحدت اور

حرکت کے مذہب" یعنی اسلام نے  
ان کی توانائیوں کو ایک مرکز پر جمع  
کیا اور اس طرح ان میں

## نظام تعلیم

رسول پاک ﷺ بہ نازل  
ہونے والے صحیفہ انقلاب  
نے انسانیت تذبذب اور تفکر کی دعوت

دی۔ یوں مذہب اور فلسفہ و  
سائنس کی غیریت بلکہ تضاد و  
تصادم کو ختم کر کے انسانی علم و

فکر کو وحدت اور ترقی کی راہ پر گامزن کر دیا گیا۔  
حضور نبی کریم ﷺ کے اس احسان کا بدلہ  
انسانیت رہتی دنیا تک نہیں چکا سکتی۔ حقیقت تو  
یہ ہے کہ آج تک دنیا میں جس قدر علمی و فکری  
اور ثقافتی و سائنسی ترقی ہوئی ہے یا ہوگی وہ سب  
دین اسلام کے انقلاب آفرین پیغام کا نتیجہ ہے،  
جس کے ذریعے علم و فکر اور تحقیق و جستجو  
کے نئے ذرّوا  
ہوئے۔

واسطی جذبات کو بھڑکانے۔ وہ اپنی داغ بیل ہی اس بات  
پر ڈالتا ہے کہ انسان کے اندر صرف حیوانی اور سغلی  
اوصاف کو برا سمجھنے کرے اور ان کو خوب پالے پوسے اور  
ان کو زیادہ سے زیادہ طاقتور بنائے۔

سرکارِ دو جہاں حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کی  
سیرت طیبہ اور اسوہ حسنہ کا سب سے روشن و درخشاں اور  
اہم ترین پہلو اوسوہ و سلامتی کا پیغام اور محبت آفرینی ہے۔  
آپ ﷺ نے عرب جیسے سرکش و شقی القلب انسانوں  
میں انسان دوستی اور محبت کی شمع روشن کی، جس کے سوز  
سے ان کے دلوں میں ایک طرف تقویٰ اور دوسری  
جانب انسانیت کے لیے درد پیدا ہوا اور وہ اپنے مقام  
عبدیت پر مستحکم ہو کر دوسروں کے لیے رحمت بن گئے۔  
آج دنیا کے مختلف فکری بھرانوں کا حل یہی ہے کہ  
موجودہ دور کے مفکرین حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کی  
تعلیمات کی روشنی میں اپنے نظام ہائے فکر نئے سرے سے  
مرتب کریں، اسی میں نوع انسانی کی بقا کا راز مضمر ہے، اس  
کے علاوہ تمام فکری راستے آخر کار نالانسانی، تباہی و بربادی  
کی طرف لے جاتے ہیں۔



ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی کی نئی کتاب

نظریہ اور شہر سے حفاظت

اپنے قریبی بک اسٹال سے طلب فرمائیں یا  
براہ راست منگوانے کے لیے رابطہ کیجیے۔

021-36606329

مشورہ کرنے والا شخص تباہ نہیں ہو سکتا۔ (مسند شہاب، ابن عساکر)

مزید قوت پیدا کر دی تو یہی عرب اس قابل ہو گئے کہ پوری دنیا کو دعوت مہارت دیں اور قوت واحد میں اس وقت کی دونوں عالمگیر شہنشاہتوں یعنی رومن اور روم (بیزنٹس) سے جنگ کریں۔

اسلام کا آغاز اس وقت سے ہوا جب حضرت محمد رسول اللہ ﷺ پر چالیس سال کی عمر میں وحی آئی۔ اس بات کا کوئی پتہ نہیں چلا کہ نو عمری میں نبی ﷺ نے کھنے اور پڑھنے کے فن میں حصہ لیا ہو۔ آپ ﷺ عمر بھرا ہی رہے۔ اس کے باوجود یہ کہ نور انزا انگیز واقعہ ہے کہ خدا کے پاس سے آپ کو جو سب سے پہلی وحی آئی، اس میں آپ کو اور آپ کے پیغمبر کو حکم تھا کہ ”اقرء“ یعنی پڑھ، اور قلم کی ان الفاظ میں قریب کی گئی تھی کہ جملہ انسانی علم اسی سے ہے:

”پڑھ اپنے رب کے نام سے جو خالق ہے جس نے انسان کو ایک تپتے ہوئے قطرہ خون سے پیدا کیا۔ پڑھ یہ تیرا بزرگ رب ہی ہے، جس نے قلم کے ذریعے سے تعلیم دی اور انسان کو وہ چیز بتائی، جسے وہ نہیں جانتا تھا۔“ (قرآن مجید، سورہ 92- آیت 1 تا 5)

کسی قوم میں کسی پیغمبر کا مبعوث ہونا تعلیم کے سوا کسی اور غرض کے لیے نہیں ہوتا۔

چنانچہ ہمیں حیرت نہ ہو کہ ایک حدیث میں رسول کریم ﷺ نے فرمایا ہے کہ میں ایک معلم بنا کر بھیجا گیا ہوں۔ (ابن ماجہ)

اس کی تائید قرآنی آیتوں سے بھی ہوتی ہے۔ چنانچہ فرمایا ہے:

ترجمہ: (ابراہیم اور اسمعیل نے دعا کی) اے ہمارے آقا! ان کے پاس انہی میں کا ایک رسول بھیج، جو انہیں

تیری آیتیں سنانے اور انہیں کتاب و حکمت کی تعلیم دے، اور ان کا تزکیہ کرے، تو ہی طاقتور اور فکرمند ہے۔ (سورہ بقرہ: 129)

بیعت عقبہ ثانیہ جیسے ابتدا کی زمانے میں، جو ہجرت سے بھی دو سال پہلے منعقد ہوئی تھی۔ کوئی ایک درجن مدینے والوں نے اسلام قبول کیا تھا تو ان کی خواہش پر رسول کریم ﷺ نے ان کے ساتھ سے ایک تربیت یافتہ معلم روانہ کر دیا تھا، جو انہیں قرآن مجید کی تعلیم دے سکے اور دینیات اسلام سے واقف کرا سکے۔ بلاشبہ اس ابتدائی زمانے میں تعلیم سے مراد صرف مبادی دین اور عبادت کے طریقوں کی تعلیم ہی ہو سکتی تھی۔

زمانہ قبل ہجرت کی سب سے اہم چیز جو اس سلسلے میں بیان کی جا سکتی ہے، یہ تھی کہ رسول کریم ﷺ نے کاتبوں کو مقرر کر رکھا تھا، جن کا کام یہ تھا کہ جیسے جیسے وحی نازل ہوتی جائے، اس کو لکھ لیں اور اس کی نقلیں کریں۔ چنانچہ تاریخ بتاتی ہے کہ جب حضرت عمرؓ اسلام لانے لگے، تو انہیں قرآن مجید کی چند سورتیں اپنی بہن کے گھر میں لکھی ہوئی ملی تھیں اور بظاہر ان کی بہن بھی پڑھنا جانتی تھیں (سیرۃ ابن ہشام)۔

جب ہجرت کے بعد رسول کریم ﷺ خود مدینہ منورہ پہنچے تو توبے شمار اور بے حد اہم جنگی اور سیاسی مصروفیات کے باوجود آپ اس کے لیے وقت نکال لیا کرتے تھے کہ مدینہ منورہ سے ناخواندگی کو دور کرنے کے کام کی شخصی طور سے نگرانی کر سکیں۔ چنانچہ اس سلسلے میں آپ نے سعید بن العاص کا تقرر کیا تھا کہ لوگوں کو لکھنے اور پڑھنے کی تعلیم دیں۔ یہ بہت خوشنویس بھی تھے۔ (استیعاب ابن عبد البر۔ ص 393)

ایک دوسرے راوی کے الفاظ میں ان کو ”معلم حکمت“ بنایا گیا تھا (کتاب الحجر لمؤلف ابن حبیب، ص 460)۔ جس سے لکھنے پڑھنے کو جو عظیم اہمیت دی جاتی ہے اس کا اندازہ ہو سکتا ہے۔ رسول کریم ﷺ کو خواندگی سے اتنی دلچسپی تھی کہ ہجرت کے ڈیڑھ ہی سال بعد ساتھ ستر کے والے جنگ بدر میں گرفتار ہو کر مدینہ لائے گئے تو آپ ﷺ نے ان لوگوں کی جو مالدار نہ تھے، رہائی کے لیے یہ فیصلہ مقرر کیا تھا کہ مدینے کے دس دس بچوں کو لکھنا سکھائیں (ابن سعد)۔

حضرت عبادہ ابن القامت کہتے ہیں کہ رسول کریم ﷺ نے مجھے صفحہ میں اس غرض سے معمور کیا تھا کہ لوگوں کو لکھنے کی اور قرآن مجید کی تعلیم دوں۔ (ابوداؤد) صفحہ سے مراد مکان کا ملحق حصہ ہوتا ہے۔ یہ مسجد نبوی ﷺ میں ایک احاطہ تھا، جو اس غرض کے لیے مختص کر دیا گیا تھا کہ باہر سے تعلیم کے لیے آنے والوں بلکہ خود مقامی بے گھر طالب علموں کے لیے دارالافتاء کا بھی کام دے اور مدرسے کا بھی۔ اس اقامتی درسگاہ میں لکھنے پڑھنے کے علاوہ فقہ کی تعلیم دی جاتی تھی۔ قرآن مجید کی سورتیں زبانی یاد کرائی جاتی تھیں۔ فن تجوید سکھایا جاتا تھا اور دیگر اسلامی علوم کی تعلیمات کا بندوبست تھا، جس کی نگرانی خود رسول کریم ﷺ شخصی طور سے فرمایا کرتے تھے اور وہاں رہنے والوں کی غذا وغیرہ کا بھی بندوبست کیا کرتے تھے۔

یہ طلبہ اپنی فرصت کے گھنٹوں میں طلب روزگار میں بھی مصروف ہو آتے تھے۔ (بخاری)

درسگاہ صفحہ میں ناصر مہتمم طلبہ کی تعلیم کا انتظام تھا، بلکہ ایسے بھی بہت سے لوگ آتے تھے جن کے مدینے

محقق سیرت نگار، تاریخ دان اور ممتاز مذہبی اسکالر ڈاکٹر محمد حمید اللہ کی کتابیں، مقالات اور تحریروں نے فرانس میں اسلام کی اشاعت و فروغ میں نہایت اہم کردار ادا کیا۔ اس کا ثبوت یہ ہے کہ ان کی اس مساعی کی بنا پر پچاس ہزار سے زائد فرانسیسیوں نے اسلام قبول کیا، جن میں اعلیٰ تعلیم یافتہ افراد، ڈاکٹر، ماہرین تعلیم، اسکالر اور نثرن شامل تھے۔ ڈاکٹر حمید اللہ کی زبانوں پر عبور رکھتے تھے۔ انہوں نے 250 کتابیں اور ایک ہزار سے زائد تحقیقی مضامین فرانسیسی، جرمن، ترکی، انگریزی، عربی اور اردو میں تحریر کیے۔ ڈاکٹر صاحب کی چند کتابوں کے علاوہ باقی تمام یورپی زبانوں میں ہیں اور ہر کتاب ریفرنس بک کا درجہ رکھتی ہے۔ ان کی ایک کتاب Prophet of Islam کے مطالعے کے بعد ہزاروں افراد مسلمان ہوئے۔

میں گھر تھے اور وہ صرف درس کے لیے وہاں حاضر ہوا کرتے تھے۔ وقتاً فوقتاً معارضی طور سے درسگاہ میں شریک ہونے والوں کی بھی کمی نہ تھی۔ مہتمم طلبہ کی تعداد کھنٹی بڑھتی رہتی تھی اور ایک پرانے سے معلوم ہوتا ہے کہ ایک وقت ان کی تعداد ستر بھی تھی (مسند ابن مہزیل)

صفحہ کو طائفہ یعنی سربراہان بھی کہتے تھے (ابن سعد)۔ مقامی طلبہ کے علاوہ دور دراز کے قبائل سے بھی طلبہ آتے اور اپنا ضروری انصاف جھکیل کر کے اپنے وطنوں کو واپس ہو جاتے۔ (بخاری)

رسول کریم ﷺ اکثر اپنے کسی تربیت یافتہ صحابی کو قبائلی وفد کے ساتھ ان کے مسکنوں کو روانہ کر دیتے، تاکہ وہ اس علاقے میں دینیات کی تعلیم کا بندوبست کریں۔ جس کے

بے شک اللہ تعالیٰ سے زیادہ قریب وہ شخص ہے جو سلام میں پہل کرتا ہے۔ (ترمذی)

وہ شخص مومن نہیں جو خود سیر ہو کر کھائے اور اس کا ہمسایہ بھوکا رہے۔ (مشکوٰۃ)

بعد مدینہ واپس آجاتے۔ (نظام حکومت النبیؐ)

مدینہ منورہ میں صفد واحد درگاہ نہ تھی، بلکہ یہاں کم از کم نو مسجدیں خود عہد نبویؐ میں تھیں۔ (ابو داؤد)، اور اس میں کوئی شبہ نہیں ہے کہ ہر مسجد اپنے آس پاس کے محلے والوں کے لیے درگاہ کا بھی کام دیتی تھی، خاص کر بچے وہاں پڑھنے کے لیے آیا کرتے تھے۔

قباء مدینہ منورہ کے جنوب میں مسجد نبویؐ سے کوئی دو ڈھائی میل پر واقع ہے۔

بیان کیا جاتا ہے کہ وقتاً فوقتاً رسول کریم ﷺ وہاں تشریف لے جاتے اور وہاں کی مسجد کے مدرسے کی شخصی طور سے نگرانی فرماتے۔ (ابن عبد البر)

بعض احادیث میں رسول کریم ﷺ کے عام حکم ان لوگوں کے متعلق محفوظ ہیں، جو اپنے محلے کی مسجد کے مدرسے میں تعلیم پاتے تھے۔ (ابن عبد البر)

رسول کریم ﷺ نے یہ بھی احکام صادر کیے تھے کہ لوگ اپنے ہمسایوں سے تعلیم حاصل کیا کریں۔ (صحیح بخاری)

ایک دلچسپ واقعہ حضرت عبداللہ بن عمرو بن العاصؓ نے بیان کیا ہے کہ ایک دن جب رسول کریم ﷺ مسجد نبویؐ میں داخل ہوئے، تو دیکھا کہ وہاں دو قسم کے لوگ موجود ہیں، کچھ لوگ نوافل اور اللہ کی عبادت میں مشغول تھے اور کچھ لوگ فقہ کی تعلیم و تعلم میں منہمک۔ رسول کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ دونوں ہی لوگ اچھا کام کر رہے ہیں، البتہ ایک کام زیادہ اچھا ہے، جو لوگ خدا سے کچھ مانگ رہے ہیں، ان کے متعلق خدا کی مرضی ہے کہ چاہے تو دے چاہے تو نہ دے، البتہ دوسری قسم کے لوگ وہ ہیں جو علم حاصل کر رہے ہیں اور جہالت کو دور کر رہے ہیں، سچ تو یہ

ہے کہ میں بھی معلم ہی بنا کر بھیجا گیا ہوں.... یہ کہتے ہوئے آپ ﷺ نے اس محلے میں اپنے لیے جگہ بنائی جہاں درس ہو رہا تھا۔ (ابن عبد البر)

خواندگی میں اس تیزی سے ترقی ہوئی کہ ہجرت کو چند ہی دن گزرے تھے کہ قرآن مجید نے حکم دیا کہ ہر وہ تجارتی معاملہ جس میں رقم ادھار ہو، صرف تحریری طور سے انجام پائے اور ایسی دستاویز پر کم از کم دو اشخاص کی گواہی لی جایا کرے۔ اس کا منشا قرآن کے الفاظ میں یہ تھا کہ اس طرح کی تحریری گواہی خدا کے نزدیک زیادہ منصفانہ ہے، شہادت کے اغراض کے لیے زیادہ مستحکم وسیلہ ہے اور شہادت پیدا ہونے کی صورت میں رفع شک کا بہترین ذریعہ ہے۔ (سورہ بقرہ: 282)

ہجرت کے بعد سے ہی سیاسی عبادت، سرکاری خط و کتابت، ہر فوجی مہم میں جانے والے رضا کاروں کے ناموں کی فہرستیں (بحوالہ صحیح مسلم)، مختلف مقامات مثلاً مکہ، نجد، خیبر، اوطاس وغیرہ میں خفیہ نامہ نگار جو عموماً تحریری طور سے رسول کریم ﷺ کو اپنے مقام کے حالات سے اطلاع دیا کرتے تھے (بحوالہ کتابانی)، نیز مردم شماری (بحوالہ صحیح بخاری) اور اسی طرح کی بہت سی چیزیں اس بات میں مدد و معاون ہوئیں کہ خواندگی روز بروز بڑھتی ہی جائے تاریخ نے رسول کریم ﷺ کے کوئی ڈھائی تین سو خطوط محفوظ رکھے ہیں (اس پر جدید ترین تالیف الوثائق السیاسیہ کے نام سے میں نے شائع کی ہے) صحیح تعداد اس سے بہت زیادہ ہونی چاہیے، کیونکہ رسول کریم ﷺ کی حکومت دس لاکھ سے زائد مریخ کے علاقے پر چلتی تھی اور دس سال تک حکمرانی کے فرائض آپ کو انجام دینے پڑے تھے۔

عرب میں خطوط پر مہر کرنے کا رواج سب سے پہلے جناب رسالت مآب ﷺ ہی سے شروع ہوا (بحوالہ کتابانی، لئوح البلدان مؤلفہ بلاذری، باب الخاتم)

رسول کریم ﷺ کو خط کی صفائی اور وضاحت کا جس قدر لحاظ رہتا تھا، اس کا اندازہ چند احادیث سے ایک حد تک ہو سکتا ہے، جن میں آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا ہے کہ کاغذ کو موڑنے سے پہلے اس کی سیاہی کو ریگ ڈال کر خشک کر لو۔ (ترمذی، ابن ماجہ)، یا یہ کہ حرف س کے تینوں شوشے برابر دیا کرو اور اس کو بغیر شوشوں کے نہ لکھا کرو (کتابانی)، یعنی س.... غالباً یہ حکم اس لیے تھا کہ شوشے نہ دینا احتیاط پسندی کے فقدان اور سستی پر دلالت کرتا ہے۔ یا یہ کہ لکھتے ہوئے اگر کچھ زکنا پڑے تو کاتب کو چاہیے کہ قلم اپنے کان پر رکھ لے، کیونکہ اس سے لکھوانے والے کی زیادہ آسانی سے یاد دہانی ہو جاتی ہے (کتابانی)، بولنے میں ذہن منتشر ہو جاتا ہے۔

عہد نبوی ﷺ ہی میں ایک فنی ذوق یا تخصص بھی ترقی کر گیا تھا اور خود جناب رسالت مآب ﷺ اس کی حوصلہ افزائی فرمایا کرتے تھے۔

چنانچہ آپ فرمایا کرتے تھے کہ جس کو قرآن سیکھنا ہو، وہ فلاں صحابی کے پاس جائے، جس کو تجوید یا تقسیم ترکہ کا حساب سیکھنا ہو، وہ فلاں کے پاس جائے وغیرہ۔ (ابن سعد)

ایک مملکت کے حاکم اعلیٰ کی حیثیت سے جناب رسالت مآب ﷺ کو مترجمین کی بھی ضرورت ہوا کرتی تھی، جو غیر زبانیں جانتے ہوں۔ چنانچہ حضرت زید بن ثابتؓ جو دربار رسالت کے میرنشی کہے جاسکتے ہیں، فارسی، حبشی، عبرانی اور رومی (یونانی) جانتے تھے۔ (کتابانی)

رسول کریم ﷺ نے ایک مرتبہ ان کو حکم دیا تھا کہ وہ عبرانی خط لکھنا اور پڑھنا سیکھ لیں اور چند ہفتوں میں وہ اس میں طاق ہو گئے تھے۔ (بخاری)

چنانچہ یہودیوں کو اگر کوئی خط بھیجا جاتا یا ان کے پاس سے کوئی خط آتا تو حضرت زید بن ثابتؓ اس کو لکھ یا پڑھ لیا کرتے تھے۔

حضرت عبداللہ بن زبیرؓ کے متعلق بھی مشہور ہے کہ کثیر زبانیں جانتے تھے۔ معلوم نہیں مبالغہ ہے یا واقعہ کہ ان کے پاس ایک سوزان ایسے تھے جن میں سے ہر ایک کی بولی الگ الگ تھی اور حضرت عبداللہ ان میں سے ہر ایک سے اسی کی زبان میں گفتگو کیا کرتے تھے۔ (کتابانی)

نصاب کا مسئلہ ایسا ہے کہ اس پر پوری صحت کے ساتھ بیان کرنا دشواری سے خالی نہیں۔ ہمارے پاس جو مختصر اور محدود مواد ہے، اس سے پتہ چلتا ہے کہ ہر جگہ ایک ہی نصاب جاری نہ تھا۔ معینہ کتب کو پڑھانے کی جگہ معینہ معلم کے پاس لوگ جانتے اور وہ جو پڑھا سکتا، اس سے پڑھتے۔ بہر حال اتنا معلوم ہوتا ہے کہ قرآن و سنت کے ہمہ گیر نصاب کے علاوہ رسول کریم ﷺ نے حکم دیا تھا کہ نشاندہ بازی، پیراکی، تقسیم ترکہ کی ریاضی، مہادی طب، علم ہیئت، علم انساب اور علم تجوید قرآن کی تعلیم دی جایا کرے۔ (ابن مندہ، طبرانی، مالک، ابن سنی، دیلمی)

ایک حدیث میں یہ بھی حکم ہے کہ استاد کی عزت کی جائے۔ (طبرانی فی الاوسط) یا علم بغیر عمل کے بے سود ہے، وغیرہ۔ اس زمانے میں نو عمر اور معمروں کی تعلیمی ضرورتوں کے فرق کو محسوس کر لیا گیا تھا۔ چنانچہ احادیث میں واضح الفاظ میں بتایا گیا ہے کہ بچوں کو کن چیزوں کی تعلیم دینی چاہیے۔ نشاندہ انداز اور پیراکی کی خاص طور

مسلمان عورت! تم میں سے کوئی عورت اپنی ہمسایہ عورت کی تحقیر نہ کرے۔ (بخاری)

آپس میں تحفوں کا تبادلہ کیا کرو۔ تحفہ کینہ کو دور کرتا ہے۔ (ترمذی)

سے بچپن ہی سے سکھائی جاتی تھی۔ اسی طرح نماز پڑھنے کا طریقہ بھی بچپن ہی سے بچوں کو سکھایا جاتا تھا، اور سات برس کی عمر کے بعد پچھتے نماز پڑھیں تو انہیں سزا دینے کا حکم تھا۔ (مسند احمد از ابن حنبل)

عورتوں کے ساتھ علیحدہ سلوک کیا جاتا تھا۔ چنانچہ آنحضرت صلی اللہ علیہ وسلم نے بیٹے میں ایک دن مقرر کر لیا تھا۔ جب آپ ﷺ عورتوں کے خصوصی مجمع میں تشریف لے جاتے، ان کو تعلیم دیتے اور ان کے سوالات کا جواب دیتے۔ (صحیح بخاری)

رسول کریم ﷺ نے عورتوں کے لیے چرخہ کا تانا سب سے اچھا مشغلہ قرار دیا تھا۔ (ابن مندہ)

ایک حدیث میں یہ واقعہ بیان ہوا ہے کہ رسول کریم ﷺ کی اجازت سے شفاء بنت عبد اللہ العدویہ نے آپ ﷺ کی زوجہ حضرت حفصہؓ کو لکھنے پڑھنے کی تعلیم دی۔ (ابوداؤد)

رسول کریم ﷺ کی زوجہ مطہرہ بی بی عائشہؓ کو فقہ اور دیگر اسلامی علوم، نیز ادب، شاعری اور طب میں بڑا دخل تھا۔ (سیرۃ النبی ﷺ، مؤلفہ شبلی طبع دوم)

یہاں تک کہ ایک مرتبہ رسول کریم ﷺ نے فرمایا کہ اوصا علم عائشہؓ سے حاصل کرو۔ (احادیث فضل عائشہؓ کسی کتاب حدیث میں دیکھی جاسکتی ہے)

قرآن نے بھی رسول کریم ﷺ کی ازواج مطہرات پر ایک خصوصی فریضہ عائد کیا ہے کہ وہ دوسروں کو تعلیم دیا کریں۔ (سورہ احزاب: 34)

ایک حدیث میں بیان ہوا ہے کہ جس کسی کے پاس کوئی کتیب ہو اور وہ اسے تعلیم دے اور اچھی تعلیم دے اور اس کی تربیت کرے اور اچھی تربیت کرے، پھر اس کو

آزاد کر کے باضابطہ نکاح کر لے تو اسے دس گنا ثواب ملے گا۔ (صحیح بخاری)

رفیقہ رقیہ مملکت اسلامیہ جو ابتداءً ایک شہر مدینہ کے کچھ حصوں پر مشتمل تھی، پھیلنے لگی اور ناصر خانہ بدوش بدوی، بلکہ شہروں میں مستقل طور سے سکونت کرنے والے عربوں نے بھی بڑی تعداد میں اسلام قبول کرنا شروع کیا۔ ایک نئے دین کے قبول کرنے کا ناگزیر نتیجہ تھا کہ ایک وسیع تعلیماتی نظام قائم ہو، جو دس لاکھ سے زائد مربع میل کے رقبے کی ضرورتوں کو پورا کر سکے۔

عہد نبوی کے اختتام پر حکومت اسلامی باوجود اس قدر وسیع رقبے پر مشتمل ہونے کے دینیات کی تعلیم کی ضرورتوں سے اچھی طرح عہدہ ہر آہوئے لگی تھی۔ کچھ تو مرکز مدینہ سے بڑے بڑے مقامات پر تربیت یافتہ معلم بھیج دیے جاتے تھے، کچھ صوبے دار گورنروں نے فرائض منصبی میں یہ امر صراحت کے ساتھ شامل کر دیا جاتا تھا کہ وہ اپنے ماتحت علاقے کی تعلیمی ضرورتوں کا مناسب انتظام کریں (کتابی)۔

یمن کے گورنر عمرو بن حزم کے نام جو طویل تقریر نامہ یاد ایت نامہ جناب رسالت مآب ﷺ نے لکھا تھا، اسے تاریخ نے محفوظ رکھا ہے۔ (سیرۃ ابن ہشام)

اس میں بھی گورنر کو ہدایت ہے کہ لوگوں کے لیے قرآن، حدیث، فقہ اور علوم اسلامیہ کی تعلیم کا بندوبست کریں۔ اسی دستاویز میں ایک دلچسپ جملہ ہے، جس سے معلوم ہوتا ہے کہ مذہبی اور دنیاوی تعلیم میں کس طرح فرق کرنا چاہیے اور وہ جملہ یہ ہے کہ.... لوگوں کو اس بات کی نرمی سے ترغیب دو کہ وہ دینیات کی تعلیم حاصل کریں۔ (ابن سعد، ابن حنبل)

ان کو سب سے بہتر انسان قرار دیا گیا ہے۔ (بخاری، ترمذی)

آخر میں ایک حدیث کا ذکر کیا جاسکتا ہے، جس کا اکثر حوالہ آتا ہے، یعنی ”علم حاصل کرو، اگرچہ بچپن ہی میں کیوں نہ ہو۔ کیونکہ علم کا حاصل کرنا پر مسلمان مرد و عورت کا فریضہ ہے۔“ (مسند احمد ابن حنبل، کتاب العلم بہیقی)۔

ایک حدیث میں یہ دعا ثور (منقول) ہے اور اسی پر یہ تبصرہ ختم کیا جاتا ہے کہ:

”اے خدا میں تجھے سے علم نافع اور رزق طیب اور عمل مقبول کی استدعا کرتا ہوں۔“ (کتاب العلم۔ مؤلف ابن البر)

کسی اور مذہبی کتاب میں فطرت کے مطالعہ پر اتنا زور نہیں دیا ہو گا، جتنا قرآن مجید میں ہے کہ سورج، چاند، سمندر کی موجیں، دن اور رات، چمکتے ستارے، دکنی فجر، پودے اور حیوانات.... تمام ہی قوانین فطرت کے طالع بنائے گئے ہیں، جن سے ان کے خالق کی قدرت کا مظاہرہ ہوتا ہے۔ قرآن مجید کے مطابق علم اتمانی ہے، بڑے سے بڑے عالم کا علم بھی تھوڑا ہی ہوتا ہے، یہ کہ سارا عالم انسان کی خدمت کے لیے پیدا کیا گیا ہے اور انسان جو زمین میں خدا کا نائب ہے، اپنے برتاؤ اور کردار کے مطابق جانچا جائے گا۔

اسی طرح قرآن مجید میں اس کا بھی بار بار ذکر ہے کہ حق و صداقت کی پیروی کی جانی چاہیے اور موروثی عقائد و روایات سے متاثر نہیں ہونا چاہیے۔

احادیث میں بھی علماء کی بڑی تعریف کی گئی ہے، اور

انسان کا دار و مدار عقل پر ہے۔ جس کی عقل نہیں اس کا دین نہیں۔ (بیہقی)

سلسلہ معظمیہ کے زیر اہتمام پاکستان کے مختلف شہروں میں

## محافل میلاد النبی ﷺ

رجب الاول کے مبارک مہینہ میں اللہ کے آخری نبی حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کی حیات طیبہ کے ذکر اور آپ ﷺ کی بارگاہ میں ہدیہ نعت و صلوة و سلام پیش کرنے کے لیے سلسلہ معظمیہ کے زیر اہتمام حسب روایت پاکستان کے مختلف شہروں میں محافل میلاد النبی ﷺ کا اہتمام کیا جا رہا ہے۔ ذیل میں مختلف محفل میلاد کے پروگرام کی تاریخ درج ہیں:

مظفر آباد، آزاد کشمیر: 04 مئی	ٹنڈو جام، چنیوٹ: 17 مئی
گلشن شہباز، حیدرآباد: 05 مئی	امیٹ آباد، اسلام آباد، پشاور، سیالکوٹ: 19 مئی
لاڑکانہ، ٹنڈوالیاری: 12 مئی	انک، میرپور آزاد کشمیر: 26 مئی

قارئین کو ان محافل میں شرکت کی دعوت ہے۔

کسی شخص کے لیے دو آدمیوں کے درمیان بغیر ان کی اجازت کے بیٹھنا صحیح نہیں ہے۔ (الادب المفرد)

## مثل تونہ شد پیدا جانا

اس کثیر السان لغت کے قول یہ ہے کہ اس کے ہر شعر میں عربی، فارسی، اردو اور پوربی ہندی کے بیوند کاری نہایت خوبصورتی سے کی گئی ہے۔

احمد رضا خان بریلوی

مثل تونہ شد پیدا جانا  
جگ راج کوتاج تورے سروسو  
من بہ کس وطوفان ہوش ربا  
موری نیا پار لگا جانا  
چو بہ طیبہ رسی عرضہ بکنی  
مسی شب نے نہ دن ہونا جانا  
اے گیسوئے پاک اے ابر کرم  
دو بوند ادھر بھی گرا جانا  
رحمہ برحسرت تشنہ لبک  
طیبہ سے ابھی نہ سنا جانا  
دل زار چنناں جاں زیر چنوں  
مرا کون ہے تیرے سوا جانا  
یک شعلہ لگ برزن عشقا  
یہ جان بھی پیارے جلا جانا  
نہ یہ طرز میری نہ یہ رنگ میرا  
تھتا چار اس راہ پڑا جانا

لَمْ يَأْتِ تَطْيِيزُكَ فِي نَظَرٍ  
جگ راج کوتاج تورے سروسو  
أَلْبَحْرُ عَلَا وَالْمَوْجُ طَغَى  
منجدهار میں ہوں بگڑی ہے ہوا  
يَا شَمْسُ نَظَرْتِ إِلَى كَيْلِي  
توری جوت کی جھل جھل جگ میں چھی  
أَنَا فِي عَطَشٍ وَسَخَاكَ أَتَمُّ  
برسن ہارے رم جھم رم جھم  
يَا قَا فَلَئِنِّي زَيْدِي أَجَلَكُ  
مورا جیرا لرجے درک درک  
أَلْقَلْبُ شَجَّ وَالْهَمُّ شُجُونُ  
پت اپنی بہت میں کاسے کہوں  
أَلرَّوْحُ فِدَاكَ فَزِدْ حَرْقَا  
مورائن من دھن سب پھونک دیا  
بِس حَنَامِ حَنَامِ نَوَائِ رَضَا  
ارشاو احبا ناطق ہمت

## خیر البشر علیہ السلام نمبر

جس طرح رسول اللہ ﷺ نے مسجد نبوی کی تعمیر کا اہتمام فرمایا کہ باہمی اجتماع اور میل محبت کے ایک مرکز کو وجود بخشا۔ اس طرح آپ ﷺ نے تاریخ انسانی کا ایک اور نہایت تابناک کارنامہ انجام دیا، جسے مہاجرین اور انصار کے درمیان مواخات اور بھائی چارے کے عمل کا نام دیا جاتا ہے۔

نبی کریم ﷺ مدینے کے اندر ایک ایسا معاشرہ تشکیل دینے میں کامیاب ہو گئے جو

تاریخ کا سب سے زیادہ

باکمال اور شرف سے بھرپور

معاشرہ تھا اور اس معاشرے کے مسائل کا ایسا خوشگوار حل نکالا کہ انسانیت نے ایک طویل عرصے تک زمانے کی چکیوں میں پس کر اور اتھاہ تاریکیوں میں ہاتھ پاؤں مار کر تھکت جانے کے بعد پہلی بار سکھ کا سانس لیا۔

تھے اور اسی لیے اس نے اس نئے معاشرے کو بڑے نادر اور تابناک کارناموں سے پُر کر دیا تھا۔ (فقہ السیرۃ۔ ص 140-141)

اس بھائی چارے کا مقصود....  
صفتی الرحمن مبارکپوری  
جیسا کہ امام غزالی نے لکھا ہے کہ....  
”یہ جاہلی عصیتیں تحلیل ہو جائیں۔ حیت و غیرت جو کچھ ہو اسلام کے لیے ہو۔ نسل، رنگ، اور وطن کے امتیازات مٹیں بلندی کھتی کھلیا رنگت اور تقویٰ کے علاوہ اور کچھ نہ ہو۔ رسول اللہ ﷺ نے اس بھائی چارے کو محض الفاظ کا جامع نہیں پہنایا تھا بلکہ اسے ایک ایسا نافذ العمل عہد و پیمانہ قرار دیا تھا جو خون اور مال سے مربوط تھا۔ یہ خالی خولی سلامی اور مبارکبادی نہ تھی کہ زبان پر روانی کے ساتھ جاری رہے مگر نتیجہ کچھ نہ ہو، بلکہ اس بھائی چارے کے ساتھ ایثار و عسکاری اور موانعت کے جذبات بھی مخلوط



محدث، مؤرخ اور سیرت نگار شیخ صفی الرحمن مبارکپوری، برصغیر کی ان معروف دینی شخصیتوں میں سے ایک تھے جنہوں نے قرآن و سنت کی اشاعت و تبلیغ میں اپنی زندگی کا بیشتر وقت گزار دیا۔ آپ مدینہ منورہ کی جامعہ اسلامیہ کے شعبہ سیرت میں برسہا برس تک ایک محقق کے طور پر کام کرتے رہے۔ صفی الرحمن مبارکپوری کی عربی اور اردو میں کئی تصانیف منظر عام پر آچکی ہیں۔ جن میں سے شہرہ آفاق تصنیف ارحیق الختوم، سیرت سرور کو تین سال تک پر مستند ترین دستاویز مانی جاتی ہے۔ رابطہ عالم اسلامی، مکہ المکرمہ نے 1396ھ (1976ء) میں سیرت نبوی ﷺ پر عالمی سطح کے ایک مقابلے کا انعقاد کیا تھا، 171 مقالات میں سے پہلا انعام، شیخ صفی الرحمن مبارکپوری کی تصنیف ”ارحیق الختوم“ کو عنایت کیا گیا۔

جنت کا سبز لباس پہنائے گا، اور جو مسلمان کسی جموعے مسلمان کو کھانا کھلا دے اللہ اسے جنت کے پھل کھلائے گا، اور جو مسلمان کسی بیٹے یا مسلمان کو پانی پلا دے اللہ اسے جنت کی مہر لگی ہوئی شراب طہور پلائے گا۔ (سنن ابی داؤد، جامع ترمذی، مشکوٰۃ)

آپ ﷺ فرماتے:

آگ سے بچو، اگرچہ کھجور کا ایک ٹکڑا ہی صدقہ کر کے اور اگر وہ بھی نہ پاؤ تو پاکیزہ بول ہی ادا کر کے۔ (صحیح بخاری)

اور اسی کے پہلو بہ پہلو دوسری طرف آپ ﷺ مانگنے سے پرہیز کی بھی بہت زیادہ تاکید فرماتے، صبر و

کی حاجت براری میں کوشاں ہو گا، اللہ اس کی حاجت براری میں ہو گا اور جو شخص کسی مسلمان سے کوئی غم اور دکھ دور کرے گا اللہ اس شخص سے روز قیامت کے دکھوں میں سے کوئی دکھ دور کرے گا۔ جو شخص کسی مسلمان کی پردہ پوشی کرے گا اللہ قیامت کے دن اس کی پردہ پوشی کرے گا۔ (متفق علیہ، مشکوٰۃ)

اور فرماتے:

تم لوگ زمین والوں پر مہربانی کرو تم پر آسمان والا مہربانی کرے گا۔ (سنن ابی داؤد، جامع الترمذی)

اور فرماتے:

وہ شخص مومن نہیں جو خود پیٹ بھر کے کھالے اور اسکے بازو میں رہنے والا پڑی بھوکا رہے۔ (شعب الایمان، بہیقی، مشکوٰۃ)

اور فرماتے:

مسلمان سے گالی گلوچ کرنا فسق ہے، اور اس سے مار کاٹ کرنا کفر ہے۔ (صحیح بخاری)

اس طرح آپ ﷺ راتے سے تکلیف دہ چیز بنانے کو صدقہ قرار دیتے تھے۔ اور اسے ایمان کی شاخوں میں سے ایک شاخ شمار کرتے تھے۔ (مشکوٰۃ)

نیز آپ ﷺ صدقہ اور خیرات کی ترغیب دیتے تھے اور اس کے ایسے ایسے فضائل بیان فرماتے تھے کہ اس کی طرف دل خود بخود کھینچنے چلے جائیں، چنانچہ آپ ﷺ فرماتے:

صدقہ گناہوں کو ایسے بچھا دیتا ہے جیسے پانی آگ کو بجھاتا ہے۔ (مسند احمد، ترمذی، ابن ماجہ، مشکوٰۃ)

اور آپ ﷺ فرماتے:

جو مسلمان کسی نیکے مسلمان کو کپڑا پہنادے اللہ اسے

آپ ﷺ فرماتے تھے:

وہ شخص جنت میں داخل نہ ہو گا جس کا پڑوسی اسکی شرارتوں اور تباہ کاریوں سے مامون و محفوظ نہ رہے۔ (صحیح مسلم، مشکوٰۃ)

اور فرماتے:

مسلمان وہ ہے جسکی ہاتھ اور زبان سے دوسرے مسلمان محفوظ ہیں۔ (صحیح بخاری)

تم میں سے کوئی شخص مومن نہیں ہو سکتا، یہاں تک کہ اپنے بھائی کے لئے وہی چیز پسند کرے جو خود اپنے لیے پسند کرتا ہے۔ (صحیح بخاری)

اور فرماتے تھے:

سارے مومنین ایک آدمی کے جسم کی طرح ہیں اگر اس کی آنکھ میں تکلیف ہو تو سارے جسم کو تکلیف محسوس ہوتی ہے اور اگر سر میں تکلیف ہو تو سارے جسم کو تکلیف محسوس ہوتی ہے۔ (مسلم، مشکوٰۃ)

اور فرماتے:

مومن، مومن کے لیے عمارت کی طرح ہے جس کا بعض، بعض کو قوت پہنچاتا ہے۔ (متفق علیہ، مشکوٰۃ)

اور فرماتے:

آپس میں بغض نہ رکھو، باہم حسد نہ کرو، ایک دوسرے سے پیچھے نہ پھیرو، اللہ کے بندے اور بھائی بھائی بن کر رہو۔ کسی مسلمان کے لیے جائز نہیں کہ اپنے بھائی کو تین دن سے اوپر چھوڑے رکھے۔ (صحیح بخاری)

اور فرماتے:

مسلمان، مسلمان کا بھائی ہے، نہ اس پر ظلم کرے اور نہ اسے دشمن کے حوالے کرے، اور جو شخص اپنے بھائی

نذکورہ بھائی چارہ کی طرح رسول اللہ ﷺ نے ایک اور عہد و پیمانہ کر لیا جس کے ذریعے ساری جاہلی کشاکش اور قبائلی کشمکش کی بنیاد ڈھادی اور دور جاہلیت کے رسم و رواج کے لیے کوئی گنجائش نہیں چھوڑی۔

اس حکمت بالغہ اور اس ذور اندیشی سے رسول اللہ ﷺ نے ایک نئے معاشرے کی بنیادیں استوار کیں لیکن معاشرے کی ظاہری روح و حقیقت ان معنوی کمالات کا پر تو تھا جس سے نبی کریم ﷺ کی صحبت و ہم نشینی کی بدولت یہ بزرگ ہستیاں بہرہ ور ہو چکی تھیں۔

نبی کریم ﷺ انکی تعلیم و تربیت، تزکیہ نفس اور مکارم اخلاق کی ترقیب میں مسلسل کوشاں رہتے تھے اور انہیں محبت اور بھائی چارگی، مجد و شرف اور عبادت اور اطاعت کے آداب برابر سکھاتے اور بتاتے رہتے تھے۔ ایک صحابی نے آپ ﷺ سے دریافت کیا کہ کونسا اسلام بہتر ہے؟ (یعنی اسلام میں کونسا عمل بہتر ہے؟) آپ ﷺ نے فرمایا: تم کھانا کھاؤ اور شناسا اور غیر شناسا کو بھی سلام کرو۔ (بخاری)

حضرت عبد اللہ بن سلام رضی اللہ عنہ کا بیان ہے کہ جب نبی ﷺ مدینہ تشریف لائے تو میں آپ ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوا جب میں نے آپ ﷺ کا چہرہ مبارک دیکھا تو اچھی طرح سمجھ گیا کہ یہ کسی جموعے آدمی کا چہرہ نہیں ہو سکتا۔ پھر آپ ﷺ نے پہلی بات جو ارشاد فرمائی وہ یہ تھی:

اے لوگو! سلام پھیلاؤ، کھانا کھاؤ، صلہ رحمی کرو، اور رات میں جب لوگ سو رہے ہوں تو نماز پڑھو، جنت میں سلامتی کے ساتھ داخل ہو جاؤ گے۔ (ترمذی، ابن

انتہای عمل کرو جس کی تم طاقت رکھتے ہو، جو ہمیشہ ہو، اگرچہ تھوڑا ہو۔ (ابن ماجہ)

اللہ تمہاری شکل و صورت اور دولت کو نہیں دیکھتا بلکہ تمہاری نیت اور عمل کو دیکھتا ہے۔ (مسلم)

# خیر البشر ﷺ نمبر

## دربار نبوت:

حضور پاک ﷺ کی مجلس میں لوگ بیٹھتے تو یہ معلوم ہوتا کہ ان کے سروں پر چڑیاں بیٹھی ہوتی ہیں، یعنی کوئی شخص ذرا بھی جنبش نہیں کرتا تھا۔ گفتگو کی اجازت میں ترتیب کا لحاظ رہتا تھا، لیکن یہ امتیاز مراتب

نسب و نام یا دولت و مال کی بنا پر نہیں بلکہ فضل و استحقاق کی بنا پر ہوتا تھا۔

سب سے پہلے آپ ﷺ اہل حاجت کی طرف متوجہ ہوتے اور ان کی معروضات سن کر ان کی حاجت براری فرماتے۔

تمام حاضرین ادب سے سر جھکائے رہتے۔ خود بھی آپ ﷺ مودب ہو کر بیٹھتے۔ جب کچھ فرماتے تو تمام مجالس پر سنا جھکا جاتا۔ کوئی شخص بولتا تو جب تک وہ چپ نہ ہو جائے دوسرا شخص بول نہیں سکتا تھا۔ اہل حاجت عرض مدعا میں ادب کی حد سے بڑھ جاتے تو آپ ﷺ کمال حلم کے ساتھ برداشت فرماتے۔

آپ ﷺ کسی کی بات کاٹ کر گفتگو نہ فرماتے۔ جو بات ناپسند ہوتی اس سے تغافل فرماتے اور ٹال جاتے۔ مجلس میں جس قسم کا ذکر چھڑ

فروری ۲۰۱۲ء

تقاعد کی فضیلتیں سناتے اور سوال کرنے کو مسائل کے چہرے کے لیے نوح، خراش اور زخم قرار دیتے۔ (ابو داؤد، ترمذی، نسائی، ابن ماجہ، دارمی، مشکوٰۃ)

البتہ اس سے اس شخص کو مستثنیٰ قرار دیا جو حد درجہ مجبور ہو کر سوال کرے۔

اسی طرح آپ ﷺ یہ بھی بیان فرماتے کہ کن عبادات کے کیا فضائل ہیں اور اللہ کے نزدیک ان کا کیا اجر و ثواب ہے....؟

پھر آسمان سے آپ ﷺ پر جو وحی آتی، آپ ﷺ اس سے مسلمانوں کو بڑی چستی کے ساتھ مربوط رکھتے۔ آپ ﷺ وہ وحی مسلمانوں کو پڑھ کے سناتے اور مسلمان آپ ﷺ کو سناتے تاکہ اس عمل سے ان کے اندر فہم و تدبیر، دعوت کے حقوق اور پیغمبر اندوہ دار یوں کا شعور بھی بیدار ہو۔

اس طرح رسول اللہ ﷺ نے مسلمانوں کی اخلاقیات بلند کیں اور انکی خدا وادو صلاحیتوں کو عروج بخشا اور انہیں بلند ترین اخلاق و کردار کا مالک بنایا، یہاں تک کہ وہ انسانی تاریخ میں انبیاء کے فضل و کمال کے بعد سب سے بلند چوٹی کا نمونہ بن گئے۔

وہ لوگ نبی ﷺ کے ساتھی تھے۔ اس امت میں سب سے افضل، سب سے نیک دل، سب سے گہرے علم کے مالک اور سب سے زیادہ بے تکلف۔ اللہ نے انہیں اپنے نبی ﷺ کی رفاقت اور اپنے دین کی استقامت کے لیے منتخب کیا۔ لہذا ان کا فضل پہچانو اور انکے نقش قدم کی پیروی کرو، اور جس قدر ممکن ہو انکے اخلاق اور سیرت سے متسلک کرو کیونکہ وہ لوگ ہدایت کی صراط مستقیم پر تھے۔ (مشکوٰۃ)

پھر ہمارے پیغمبر، رہبر اعظم ﷺ نے خود بھی ایسی معنوی اور ظاہری خوبیوں، کمالات، خداداد صلاحیتوں، مجدد فضائل، مکارم اخلاق اور محاسن اعمال سے مشصف تھے کہ دل خود بخود آپ کی جانب کھینچ چلے جاتے تھے اور جائیں قربان ہوا چاہتی تھیں۔ چنانچہ آپ ﷺ کی زبان مبارک سے جو نبی کوئی کلمہ صادر ہوتا صحابہ کرام اس کی بجا آوری کے لیے دوڑ پڑتے اور ہدایت و رہنمائی کی جو بات آپ ﷺ ارشاد فرمادیتے اسے حرض جان بنانے کے لیے گویا ایک دوسرے سے آگے نکلنے کی بازی لگ جاتی۔

اس طرح کی کوششوں کی بدولت نبی کریم ﷺ مدینے کے اندر ایک ایسا معاشرہ تشکیل دینے میں کامیاب ہو گئے جو تاریخ کا سب سے زیادہ پاکمال اور شرف سے بھرپور معاشرہ تھا اور اس معاشرے کے مسائل کا ایسا خوشگوار حل نکالا کہ انسانیت نے ایک طویل عرصے تک زمانے کی چکیوں میں پس کر اور اٹھ تارکیوں میں ہاتھ پاؤں مار کر تھک جانے کے بعد پہلی بار سکھ کا سانس لیا۔ اس نئے معاشرے کے عناصر ایسی بلند و بالا تعلیمات کے ذریعے مکمل ہوئے جس نے پوری پامردی کے ساتھ زمانے کے ہر جھکے کا مقابلہ کر کے اس کا رخ پھیر دیا اور تاریخ کا دھارا بدل دیا۔



اللہ تعالیٰ عفو اور درگزر کرنے والے آدمی کی عزت بڑھاتا ہے۔ (مسلم)

جاتا۔ آپ ﷺ بھی اس میں شامل ہو جاتے۔ نبی اور مہذب ظرافت میں بھی شریک ہوتے، خود بھی مذاقہ باتیں فرماتے۔



حضور پاک ﷺ کی تعلیم و تلقین کا فیض اگرچہ سفر، حضر، جلوت، خلوت، نشست و برخواست غرض ہر وقت جاری رہتا تھا۔ تاہم اس سے وہی لوگ مستفیض ہو سکتے تھے جو اتفاق سے موقع پر ہوتے تھے، اس بناء پر آپ ﷺ نے تعلیم و ارشاد کے لیے بعض اوقات خاص کر دیے تھے کہ لوگ پہلے سے مطلع رہیں اور جن کو استفادہ منظور ہو وہ آسکیں۔

علامہ شبلی نعمانی

کبھی کسی قبیلہ کا کوئی معزز شخص آجاتا، تو حسب مرتبہ اس کی تعظیم فرماتے اور فرماتے اکر مو اکر یہ مزاج پر کا کے ساتھ ہر شخص سے دریافت فرماتے کہ کوئی ضرورت اور



علامہ شبلی نعمانی کا شمار مشہور معروف اکابر علماء میں ہوتا ہے۔ شبلی نعمانی متعدد کتابوں کے مصنف ہونے کے علاوہ دارالمصنفین، اعظم گڑھ کالج کے بانی بھی تھے، نیز علی گڑھ کالج اور دارالعلوم ندوۃ العلماء کے خدمت گزار اور علی گڑھ کالج میں پروفیسر بھی تھے۔

”سیرت النبی ﷺ“ کتاب شبلی نعمانی اور سلیمان ندوی کی مشترکہ کاوش کا نتیجہ ہے۔ یہ کتاب چھ جلدوں پر مشتمل ہے، جس کی پہلی دو جلدیں شبلی نعمانی نے تحریر کی ہیں، لیکن ان کا بیانیہ عمر لبریز ہو گیا، چنانچہ ان کی وفات کے بعد چار جلدیں سید سلیمان ندوی نے تالیف کیں۔ آپ کی دیگر تصانیف میں شعر العجم، المامون، الفاروق مشہور ہیں۔

نشین بڑے جو آداب مجلس سے ناواقف ہوتا، دفعتاً آجاتا اور عین سلسلہ تقریر میں کوئی بات پوچھ بیٹھتا، آپ ﷺ سلسلہ تقریر قائم رکھتے اور فارغ ہو کر اس کی طرف متوجہ ہوتے اور جواب دیتے۔ ایک مرتبہ آپ ﷺ تقریر فرما رہے تھے، ایک بدو آیا اور آنے کے ساتھ اس نے پوچھا کہ قباحت کب آنے گی....؟

آپ ﷺ تقریر کرتے رہے، حاضرین سمجھے کہ آپ ﷺ نے نہیں سنا، کسی نے کہا سنا۔ لیکن آپ ﷺ کو ناگوار ہوا۔ آپ ﷺ گفتگو سے فارغ ہو چکے تو دریافت فرمایا کہ پوچھنے والا کہاں ہے....؟ بدو نے کہا: میں یہ حاضر ہوں۔

لگائے ہوئے بیٹھے ہیں۔

وہ کہتا ہے: اسے ابن عبدالمطلب میں تم سے نہایت سختی سے سوال کروں گا خانہ ہونا۔

آپ ﷺ بخوشی سوال کی اجازت دیتے ہیں۔ (بخاری)

بایں ہمہ سادگی و تواضع۔ یہ مجالس رعب و وقار اور آداب نبوت کے اثر سے لبریز ہوتی تھیں۔ حضور ﷺ کی تعلیمات و تلقینات کا دائرہ، اخلاق، مذہب اور تزکیہ نفوس تک محدود تھا۔ اس کے علاوہ اور باتیں منصب نبوت سے خارج تھیں، لیکن بعض لوگ نہایت معمولی اور خفیف باتیں پوچھتے تھے۔

آپ ﷺ اس قسم کے سوالات کو ناپسند فرماتے تھے۔

ایک مرتبہ اسی قسم کے لغو سوالات کیے گئے تو آپ ﷺ نے برہم ہو کر فرمایا:

جو پوچھتا ہو پوچھو میں سب کا جواب دوں گا۔ حضرت عمرؓ نے آپ ﷺ کے چہرے کا رنگ دیکھا تو عرض کیا:

یا رسول اللہ ﷺ ہم اللہ کی بارگاہ میں توبہ کرتے ہیں اور ہم اللہ کے رب ہونے سے، اسلام کے دین ہونے سے اور محمد ﷺ کے پیغمبر ہونے سے راضی ہیں۔ (بخاری)

کوئی شخص کھڑے کھڑے سوال نہیں کرتا تھا۔ ایک شخص نے اس طرح سوال کیا تو آپ ﷺ نے اس کی طرف تعجب سے دیکھا۔ اسی طرح یہ بھی معمول تھا کہ جب ایک مسئلہ طے ہو جاتا تو دوسرا مسئلہ پیش کیا جاتا۔ بعض اوقات آپ ﷺ گفتگو فرما رہے ہوتے، کوئی صحرا

### مجالس ارشاد:

حضور پاک ﷺ کی تعلیم و تلقین کا فیض اگرچہ سفر، حضر، جلوت، خلوت، نشست و برخاست غرض ہر وقت جاری رہتا تھا۔ تاہم اس سے وہی لوگ مستفیض ہو سکتے تھے جو اتفاق سے موقع پر ہوتے تھے، اس بنا پر آپ ﷺ نے تعلیم و ارشاد کے لیے بعض اوقات خاص کر دیے تھے کہ لوگ پہلے سے مطلع رہیں اور جن کو استفادہ منظور ہو وہ آسکیں۔

یہ صحبتیں عموماً مسجد نبویؐ میں منعقد ہوتی تھیں۔ مسجد نبویؐ میں ایک چھوٹا سا صحن تھا، کبھی آپ ﷺ وہاں نشست فرماتے۔ ابتداء رسول اللہ ﷺ کی نشست کے لیے کوئی ممتاز جگہ نہ تھی، باہر سے اجنبی لوگ آتے تو آپ کے پچھانے میں دقت ہوتی۔ صحابہؓ نے ایک چھوٹا سا مٹی کا چبوترہ بنا دیا۔ آپ ﷺ اس پر تشریف رکھتے، باقی دونوں طرف صحابہؓ حلقہ باندھ کر بیٹھ جاتے۔ (سنن ابوداؤد)

### آداب مجلس:

ان مجالس میں آنے والوں کے لیے کوئی روک ٹوک نہ تھی۔ عموماً وہ اپنے اسی وحشت نما طریقہ سے آتے اور بے باکانہ سوال و جواب کرتے۔ خلق نبویؐ کا منظر ان مجالس میں زیادہ حیرت انگیز بن جاتا ہے۔ آپ ﷺ پیغمبر خاتم کی حیثیت سے رونق افروز ہیں صحابہؓ عقیدت کیش غلاموں کی طرح خدمت اقدس میں حاضر ہیں۔ ایک شخص آتا ہے اور اس کو رسول پاک ﷺ میں اور حاشیہ نشینوں میں کوئی ظاہری امتیاز نظر نہیں آتا۔

لوگوں سے پوچھتا ہے: محمد (ﷺ) کون ہے....؟ صحابہؓ بتاتے ہیں کہ یہی گورے سے صاحب جو بیک

حاجت تو نہیں ہے....؟ یہ بھی فرماتے کہ جو لوگ اپنے مطالب مجھ تک نہیں پہنچا سکتے مجھ کو ان کے حالات اور ضروریات کی خبر دو۔

ایران میں معمول تھا کہ جب کوئی مجلس میں کوئی معزز شخص آجاتا تھا تو سب تعظیم کو کھڑے ہو جاتے۔ یہ بھی قاعدہ تھا کہ رؤسا اور امراء جب دربار جاتے تو لوگ سینوں پر ہاتھ رکھ کر کھڑے رہتے۔ آپ ﷺ نے ان باتوں سے منع فرمایا اور ارشاد کیا کہ جس کو یہ پسند آتا ہے کہ لوگ اس کے سامنے تعظیم سے کھڑے رہیں اس کو اپنی جگہ دوزخ میں ڈھونڈنی چاہیے۔ (ابوداؤد)

البتہ جوش محبت میں آپ ﷺ کسی کسی کے لیے کھڑے ہو جاتے۔ چنانچہ حضرت فاطمہؓ زہراؓ جب کبھی آجاتیں تو اکثر کھڑے ہو جاتے اور فرط محبت سے ان کی پیشانی چومتے۔ حضرت علیہ سعدیہؓ کے لیے بھی آپ ﷺ نے اٹھ کر چادر بچھا دی تھی۔ اس طرح ایک مرتبہ آپ ﷺ کے رضائی بھائی آئے تو ان کے لیے بھی محبت سے کھڑے ہو گئے اور ان کو اپنے سامنے بٹھایا۔ (ابوداؤد)

ہر شخص کو اس کے رتبہ کے مناسب جگہ ملتی، کسی شخص کے دل میں یہ خیال نہیں آنے پاتا کہ دوسرا شخص اس سے زیادہ عزت یاب ہے، جب کوئی شخص اچھی بات کہتا تو آپ ﷺ تحسین فرماتے اور نامناسب گفتگو کرتا تو اس کو مطلع فرمادیتے۔ (سنن ترمذی)

صحابہ کو اس بات کی سخت تاکید تھی کہ کسی کی شکایت یا عیب آپ ﷺ تک نہ پہنچائیں۔ آپ ﷺ فرماتے تھے کہ میں چاہتا ہوں کہ دنیا سے جاؤں تو سب کی طرف سے صاف جاؤں۔ (شمائل ترمذی۔ ابوداؤد)

اللہ تعالیٰ نے تم پر مومنوں کی نافرمانی کو حرام کیا ہے۔ (بخاری)

بدترین کھانا اس ولیمہ کا کھانا ہے، جس میں خوشحال لوگوں کو بلا یا جائے اور ناداروں کو چھوڑ دیا جائے۔ (بخاری)

آپ ﷺ نے فرمایا:

جب لوگ امانت کو ضائع کرنے لگیں گے۔

بڑوتے کہا: امانت کیوں ضائع ہوگی۔

رسول پاک ﷺ نے فرمایا:

جب نااہلوں کے ہاتھ میں کام آئے گا۔ (بخاری)

### اوقات مجلس:

اس قسم کی مجالس کے لیے جو خاص وقت مقرر تھا وہ صبح کا تھا۔ نماز فجر کے بعد آپ ﷺ بیٹھ جاتے اور فیوض روحانی کا سرچشمہ جاری ہو جاتا۔

بعض روایتوں سے معلوم ہوتا ہے کہ ہر نماز کے بعد آپ ﷺ ٹھہر جاتے اور مجلس قائم ہو جاتی۔ چنانچہ کعب بن مالک پر جب غزوہ تبوک کی غیر حاضری کی وجہ سے عتاب نازل ہوا تو وہ انہی مجالس میں آکر حضور پاک ﷺ کی خوشنودی مزاجی کا پتہ لگاتے۔ خود ان کے الفاظ یہ ہیں:

میں رسول اللہ ﷺ کے پاس آتا تھا۔ سلام کرتا تھا اور آپ ﷺ نماز کے بعد اپنی مجلس میں ہوتے تھے تو میں اپنے دل میں کہتا تھا کہ آپ نے جو اب سلام میں اپنے سب ہلائے یا نہیں۔ (بخاری)

صبح کی مجلسوں میں کبھی کبھی آپ ﷺ وعظ فرماتے، ترمذی اور ابو داؤد میں عربائین بن ساریہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ایک دن صبح کی نماز کے بعد ایک مبلغ وعظ کیا، جس سے آنکھیں اٹک ریز ہو گئیں اور دل کانپ اٹھے۔ (ترمذی)

نماز کے بعد جو مجلس منعقد ہوتی اس میں وعظ و نصیحت اور اس قسم کی جزئی باتوں پر گفتگو ہوتی تھی۔ لیکن ان اوقات کے علاوہ آپ ﷺ خاص طور پر مخافت و

معارف کے اظہار کے لیے مجالس منعقد فرماتے تھے۔ چونکہ افادہ عام ہوتا تھا اس لیے آپ ﷺ چاہتے تھے کہ کوئی شخص فیض سے محروم نہ رہے پائے۔ اس بنا پر جو لوگ ان مجالس میں آکر واپس چلے جاتے ان پر آپ ﷺ نہایت ناراض ہوتے تھے۔ ایک مرتبہ آپ ﷺ صحابہ کے ساتھ مسجد میں بیٹھے ہوئے تھے کہ تین شخص آئے۔

ایک صاحب نے حلقہ میں تھوڑی سی جگہ خالی پائی وہیں بیٹھ گئے، دوسرے صاحب کو درمیان میں موقع نہیں ملا، اس لیے سب کے پیچھے بیٹھے۔ لیکن تیسرے صاحب واپس چلے گئے۔ رسول پاک ﷺ جب فارغ ہوئے تو فرمایا:

ان میں سے ایک نے خدا کی طرف پتہ لیا۔ خدا نے بھی اس کو پتہ دی، ایک نے حیا کی، خدا بھی اس سے شرمایا۔ ایک نے خدا سے منہ پھیرا، خدا نے بھی اس سے منہ پھیر لیا۔ (ابن ماجہ)

پند و نصائح کتنی ہی مؤثر طریقہ سے بیان کیے جائیں، لیکن ہمیشہ سنتے سنتے آدمی اکتا جاتا ہے اور نصائح بے اثر ہو جاتے ہیں، اس بنا پر حضور ﷺ وعظ و نصائح کی مجالس نافذ دے کر منعقد فرماتے تھے۔

بخاری میں ابن مسعود سے روایت ہے۔ حضور پاک ﷺ لوگوں کو نافذ دے کر نصیحت فرماتے تھے کہ ہم لوگ اکتانہ جائیں۔ (بخاری)

عورتوں کے لیے مخصوص مجالس: ان مجالس کا فیض زیادہ تر مردوں تک محدود تھا اور عورتوں کو موقع کم ملتا تھا، اس بنا پر عورتوں نے درخواست کی کہ ہمارے لیے خاص دن مقرر فرمایا

جائے۔ رسول اللہ ﷺ نے یہ درخواست منظور کی اور ان کے وعظ و ارشادات کے لیے ایک خاص دن مقرر ہو گیا۔ (بخاری)

### طریقہ ارشاد:

کبھی کبھی آپ ﷺ خود امتحان کے طور پر حاضرین سے کوئی سوال کرتے اس سے لوگوں کی جودت فکر اور اصابت رائے کا اندازہ ہوتا۔

حضرت عبد اللہ بن عمر کا بیان ہے کہ ایک مرتبہ آپ ﷺ نے پوچھا:

وہ کون سا درخت ہے جس کے پتے جھڑتے نہیں اور جو مسلمانوں سے مشابہت رکھتا ہے۔

لوگوں کا خیال جنگلی درختوں کی طرف گیا۔ میرے ذہن میں آیا کہ کھجور کا درخت ہو گا، لیکن میں کسن تھا اس لیے جرات نہ کر سکا، بالآخر لوگوں نے عرض کی کہ حضور ﷺ خود ارشاد فرمائیں۔

رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: کھجور! عبد اللہ بن عمر کو تمام عمر حسرت رہی کہ کاش میں جرات کر کے اپنا خیال ظاہر کر دیتا۔ (سنن ابن ماجہ)

ایک روز آپ ﷺ مسجد میں تشریف لائے۔ صحابہ کے دو حلقے قائم تھے، ایک قرآن خوانی اور ذکر و دعا میں مشغول تھا اور دوسرے حلقہ میں علمی باتیں ہو رہی تھیں۔ آپ ﷺ نے فرمایا:

دونوں عمل خیر کر رہے ہیں، لیکن خدا نے مجھ کو صرف معلم بنا کر مبعوث کیا ہے۔

یہ فرماتے آپ ﷺ علمی حلقہ میں تشریف فرما ہو گئے۔ (سنن ابن ماجہ) ان مجالس میں دقیق مباحث کو جن کی تہہ تک عوام

نہیں پہنچ سکتے، رسول اللہ ﷺ ناپسند فرماتے تھے۔ چنانچہ ایک روز صحابہ کی مجلس میں مسئلہ تقدیر پر گفتگو ہو رہی تھی۔ آپ ﷺ نے سنا تو حجرہ سے نکل آئے۔ آپ ﷺ کا چہرہ اس قدر سرخ ہو گیا تھا گویا عارض مہارک پر کسی نے انار کے دانے نچوڑ دیے ہیں۔ آپ ﷺ نے صحابہ کی طرف مخاطب ہو کر فرمایا:

کیا تم اس لیے پیدا کیے گئے ہو، قرآن کو باہم ٹکرا رہے ہو، گزشتہ آیتیں ان ہی باتوں سے برباد ہوئیں۔ (سنن ابن ماجہ)

ان مجالس کا مقصد یہ بھی تھا کہ صحابہ جن مسائل میں باہم اختلاف کرتے، رسول پاک ﷺ ان کا صحیح فیصلہ کر دیتے۔ مثلاً شہرت طلبی اور جاہ پرستی، خلوص عمل کے معنائی سمجھی جاتی ہے اور خود صحابہ کے زمانہ میں بھی سمجھی جاتی تھی۔ چنانچہ رسول اللہ ﷺ کی مجلس میں دو شخصوں نے اس مسئلہ میں گفتگو کی۔

ایک نے کہا: اگر ہم نے دشمن سے مقابلہ کیا اور ایک شخص نے فخر یہ یہ کہہ کر نیزہ مارا کہ میرا لیٹا میں عقاری جو ان ہوں تو اس میں تمہاری کیا رائے ہے۔

مخاطب نے جواب دیا: میری رائے میں کچھ ثواب نہ ملے گا۔

تیسرے آدمی نے یہ گفتگو سن کر کہا: میرے نزدیک اس میں کوئی حرج نہیں۔

اس پر دونوں میں اختلاف ہوا۔ رسول اللہ ﷺ نے ان کی گفتگو سنی تو فرمایا:

ثواب اور شہرت دونوں میں کوئی مخالفت نہیں۔ (ابو داؤد) عام خیال یہ تھا کہ تو اسے علیہ کے بے کار کر دینے کا

والد کی طرف سے اولاد کو سب سے بہتر عطیہ اس کی اچھی تربیت ہے۔ (ترمذی)

عورتوں کے ساتھ محمد (داشمندانہ اور رحمانہ) سلوک کرو۔ (ترمذی)

کسی نے ام المومنین حضرت عائشہؓ سے پوچھا کہ حضور ﷺ نے اخلاق کیسے تھے....؟

انہوں نے کہا کیا تم نے قرآن نہیں پڑھا ہے جو کچھ قرآن میں ہے وہ حضور ﷺ کے اخلاق تھے....  
غرض رسول اللہ ﷺ کی ساری زندگی قرآن پاک کی عملی تفسیر تھی اور یہی آپ ﷺ کا ایک معجزہ ہے، خود قرآن پاک نے اس کی شہادت دی

اور کہا ترجمہ: ”بے شک اے محمد ﷺ! آپ ﷺ حسن اخلاق کے بڑے رتبہ پر ہیں۔“

حضور پاک ﷺ نہایت ملنبار، مہربان اور رحم دل تھے، چھوٹے بڑے سب سے محبت کرتے، نہایت سخی، فیاض اور داد دہش والے تھے، امکان بھر سب کی درخواست پوری کرتے، تمام عمر کسی کے سوال پر ”نہیں“ نہیں کہا۔ خود بھوکے رہتے اور دسروں کو

آپ ﷺ مظلوموں کی فریاد سنتے اور انصاف کے ساتھ ان کا حق دلاتے، کمزوروں پر رحم کھاتے، سیکوں کا سہارا بنتے، مقروضوں کا فترض ادا کرتے۔ حکم بھتا کہ جو مسلمان سر حباے اور اپنے ذمہ فترض چھوڑ حباے، تو مجھے اطلاع دو میں اس کو ادا کروں گا اور وہ جو ترک چھوڑ حباے وہ وارثوں کا حق ہے، مجھے اس سے کوئی مطلب نہیں ہے۔

کھلاتے، ایک مرتبہ ایک صحابی کی شادی ہوئی، ان کے پاس ولیمہ کا کچھ سلمان نہ تھا، حضور ﷺ نے ان سے فرمایا کہ عائشہؓ کے پاس جاؤ اور آٹے کی ٹوکری مانگ لاؤ، حالانکہ اس آٹے کے سوا شام کے لیے گھر میں کچھ بھی نہ تھا۔ فیاض اور دنیا کے مال سے بے تعلقی کا یہ عالم تھا کہ گھر میں نقدی قسم سے کوئی چیز بھی ہوتی تو جب تک وہ سب خیرات نہ کر دی جاتی، آپ ﷺ اکثر گھر میں آرام نہ فرماتے۔ ایک مرتبہ فدک کے رئیس نے چار اونٹوں پر فلدہ بھیجا، اس کو بیچ کر قرض ادا کیا پھر بھی کچھ بچ رہا۔ آپ ﷺ نے کہا کہ جب تک کچھ بھی باقی رہے گا میں گھر میں نہیں جا سکتا، رات مسجد میں بسر کی، دوسرے دن جب معلوم ہوا وہ فلدہ تقسیم ہو چکا ہے تب گھر تشریف لے گئے۔



حضور نبی کریم ﷺ کا اسوۂ حسنہ

حضور نبی کریم ﷺ کا اسوۂ حسنہ

حضور نبی کریم ﷺ کا اسوۂ حسنہ

نام تقدیر ہے۔ تقدیر میں جو کچھ لکھا ہوگا، اس کو کوئی عملی طاقت منانہیں سکتی، لیکن حضور ﷺ نے ایک مجلس میں جو اتفاقاً منعقد ہو گئی تھی، اس خیال کی تردید کی اور فرمایا: اعمال کو خود تقدیر ہیں، انسان کو خدا جن اعمال کی توفیق دیتا ہے وہی اس کا نوشہ تقدیر ہیں اس لیے توکل قوت عمل کے بے کار کر دینے کا نام نہیں۔

چنانچہ صحابہ ایک جنازہ میں شریک تھے، رسول اللہ ﷺ تشریف لائے اور صحابہ جمع ہو گئے۔ آپ ﷺ کے ہاتھ میں ایک چھتری تھی، اس سے زمین کریدنے لگے۔ پھر فرمایا:

تم میں کوئی ایسا نہیں ہے جس کی جگہ جنت یادوزخ میں نہ لکھی جا چکی ہو۔ ایک شخص نے کہا: تو ہم اپنی تقدیر پر توکل کر کے عمل کیوں نہ چھوڑ دیں....؟ جو شخص سعادت مند ہو گا وہ خود بخود سعادت مندوں میں داخل ہو جائے گا اور جو شخص بد بخت ہو گا وہ بد بختوں سے چلے گا۔ آپ ﷺ نے فرمایا:

سعادت مند وہ لوگ ہیں جن کو سعادت مندوں کے عمل کی توفیق دی جاتی ہے اور بد بخت وہ ہیں جن کے لیے شقاوت کے کام کے اسباب جمع ہو جاتے ہیں۔ (بخاری)

**مجالس میں شگفتہ مزاجی:**  
باوجود اس کے کہ ان مجالس میں صرف ہدایت، ارشاد، اخلاق اور تزکیہ نفوس کی باتیں ہوتی تھیں اور صحابہ آنحضرت ﷺ کی خدمت میں اس طرح بیٹھتے تھے کہ ان الطیر فوق رؤسہم! تاہم یہ مجالس شگفتہ مزاجی کے اثر سے خالی نہ تھیں۔ ایک دن آپ ﷺ نے ایک مجلس میں بیان فرمایا کہ

جس کو نیکی اچھی معلوم ہوتی ہو اور برائی بری معلوم ہو، تو وہ مومن ہے۔ (طبرانی)

سید سلیمان ندوی کا شمار اردو کے نامور مؤرخین اور سیرت نگاروں میں ہوتا ہے۔ اردو زبان میں سیرت النبی ﷺ پر پہلی جامع کتاب "سیرت النبی ﷺ" کی تالیف آپ کی وجہ شہرت بنی۔ اس کے علاوہ آپ نے مدراس، الہ آباد اور بمبئی (بھارت) میں کئی خطبات فرمائے جن کے مجموعے آج کتابوں کی صورت میں موجود ہیں۔

سیرت النبی ﷺ کے علاوہ آپ کی دیگر تصانیف میں، سیرت عائشہ، ارض قرآن، عرب و ہند تعلقات، خطبات مدراس اور سیرت النبی ﷺ کی تحفیں "رحمت عالم ﷺ" مشہور ہیں۔ یہاں اس کتاب سے ایک اقتباس قارئین روحانی ڈائجسٹ کے لیے پیش کیا جا رہا ہے۔

خود ان کو سلام فرماتے۔

ہمارے حضور ﷺ نے خواتین پر بہت احسان فرمایا۔ ان کے حقوق مقرر فرمائے اور اپنے برتاؤ سے ظاہر فرمادیا کہ یہ طبقہ حقیر نہیں ہے بلکہ عزت اور ہمدردی کے لائق ہے۔

آپ ﷺ ساری دنیا کے لیے رحمت بن کر آئے تھے، اس لیے کسی کے ساتھ زیادتی اور ناانصافی کو پسند نہیں فرماتے تھے۔ یہاں تک کہ جانوروں کے ساتھ لوگ جو بے پروائی پر ہوتے تھے، وہ بھی آپ ﷺ کو گوارا نہ تھی اور ان بے زبانوں پر جو ظلم ہوتا آیا تھا، اس کو روک دیا۔

ایک مرتبہ ایک صحابی نے ایک پرندہ کا انڈہ اٹھالیا۔ چڑیا بے قرار ہو کر ہمار رہی تھی۔ آپ ﷺ نے پوچھا

مطلب نہیں ہے۔

آپ ﷺ بیماروں کو تسلی دیتے، ان کو دیکھنے جاتے، دوست، دشمن، مومن و کافر کی اس میں کوئی قید نہ تھی۔

گناہ گاروں کو معاف کر دیتے، دشمنوں کے حق میں دعائے خیر فرماتے، جانی دشمنوں اور قاتلانہ حملہ کرنے والے تک سے بدلہ نہیں لیا۔

ہمسایوں کی خبر گیری فرماتے، ان کے ہاں تحفے بھیجتے، ان کا حق پورا کرنے کی تاکید فرماتے رہے۔

ایک دن صحابہ کا مجمع تھا، آپ ﷺ نے فرمایا: خدا کی قسم وہ مومن نہ ہو گا۔۔۔

خدا کی قسم وہ مومن نہ ہو گا۔۔۔

صحابہ نے پوچھا: کون یا رسول اللہ ﷺ...؟ فرمایا:

وہ! جس کا پڑوسی اس کی شرارتوں سے بچا ہوا نہ ہو۔

رسول اللہ ﷺ اپنے پڑوسیوں کے گھر جا کر ان کے کام کر آتے، پڑوسیوں کے سوا اور جو بھی آپ ﷺ سے کام کے لیے کہتا اس کو پورا فرماتے۔ مدینہ کی کنیزیں آپ ﷺ کی خدمت میں آتیں اور کہتیں یا رسول اللہ ﷺ یہ کام ہے آپ ﷺ فرماؤ گھرے ہوتے اور ان کا کام کر دیتے۔

یوہ ہو یا مسکین یا کوئی اور ضرور تمہند سب ہی کی ضرورتوں کو آپ ﷺ پورا فرماتے اور دوسروں کے کام کرنے میں عار محسوس نہ فرماتے۔

بچوں سے بڑی محبت فرماتے تھے، ان کو چومتے اور یاد کرتے تھے۔ فصل کا نیا بیوہ سب سے کم عمر بچہ جو اس وقت موجود ہوتا اس کو دیتے۔ راستہ میں بچے مل جاتے تو

مٹھک میں پانی بھر بھر کر لانے سے سینہ پر ٹیل کے داغ پڑ گئے تھے، انہوں نے ایک دن آپ ﷺ سے ایک خادم کے لیے عرض کیا۔

آپ ﷺ نے جواب دیا: فاطمہ! بدر کے یتیم تم سے پہلے درخواست کر چکے ہیں۔

ایک روایت میں ہے کہ فرمایا: اے فاطمہ! صفحہ کے غریبوں کا اب تک کوئی انتظام نہیں ہوا ہے تو تمہاری درخواست کیسے قبول کر لوں...؟

غریبوں کے ساتھ آپ ﷺ کا برتاؤ ایسا ہوتا کہ ان کو اپنی غریبی محسوس نہ ہوتی، ان کی مدد فرماتے اور ان کی دلجوئی کرتے۔ اکثر دعا لگتے تھے کہ:

اے اللہ! مجھے مسکین زندہ رکھ، مسکین اٹھا اور مسکینوں ہی کے ساتھ میرا حشر کر۔

ایک مرتبہ ایک پورا قبیلہ آپ ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوا۔

یہ لوگ اتنے غریب تھے کہ ان میں سے کسی کے بدن پر کوئی ٹھیک کپڑا نہ تھا ننگے بدن، ننگے پاؤں... ان کو دیکھ کر رسول پاک ﷺ پر بہت اثر ہوا، پریشانی میں اندر گئے، باہر تشریف لائے، اس کے بعد سب مسلمانوں کو جمع کر کے ان لوگوں کی امداد کے لیے فرمایا۔

آپ ﷺ مظلوموں کی فریاد سننے اور انصاف کے ساتھ ان کا حق دلالتے، کمزوروں پر رحم کھاتے، بیگوسوں کا سہارا بننے، مقروضوں کا قرض ادا کرتے۔

حکم تھا کہ جو مسلمان مر جائے اور اپنے ذمہ قرض چھوڑ جائے، تو مجھے اطلاع دو میں اس کو ادا کروں گا اور وہ جو ترکہ چھوڑ جائے وہ داروں کا حق ہے، مجھے اس سے کوئی

حضور پاک ﷺ بڑے مہمان نواز تھے۔ آپ ﷺ کے یہاں مسلمان مشرک اور کافر سب ہی مہمان ہوتے، آپ ﷺ سب کی خاطر کرتے اور خود ہی سب کی خدمت کرتے، کبھی ایسا ہوتا کہ مہمان آجاتے اور گھر میں جو کچھ موجود ہوتا وہ ان کو کھلا دیا جاتا اور پورا گھر فاقہ کرتا۔

ایک مرتبہ آپ ﷺ کے یہاں ایک کافر مہمان ہوا، آپ ﷺ نے ایک بکری کا دودھ اس کو پلا دیا وہ سب دودھ پی گیا آپ ﷺ نے دوسری بکری منگوائی یہ اس کا بھی دودھ پی گیا غرض سات بکریوں تک نوبت آئی جب تک اس کا پیٹ نہ بھر گیا، آپ ﷺ دودھ پلاتے رہے۔

رات کو اٹھ اٹھ کر مہمان کی دیکھ بھال فرماتے کہ ان کو کوئی تکلیف تو نہیں ہے۔ گھر میں رہتے تو گھر کے کام کاج اپنے ہاتھوں سے کرتے، اپنے کپڑے آپ ﷺ خود ہی سی لیتے، اپنے پھنے جوتوں کو خود گانٹھ لیتے، بکریوں کا دودھ اپنے ہاتھوں سے دوتے۔ جمع میں بیٹھے تو سب کے برابر ہو کر بیٹھے۔ مسجد نبوی ﷺ بنانے اور خندق کے کھودنے میں سب مزدوروں کے ساتھ مل کر آپ ﷺ نے بھی کام کیا۔

آپ ﷺ یتیموں سے محبت رکھتے اور ان کے ساتھ بھلائی کی تاکید کرتے، ایک مرتبہ ارشاد فرمایا: مسلمانوں کا سب سے اچھا گھر وہ ہے جس میں کسی یتیم بچے کے ساتھ بھلائی کی جارہی ہے اور سب سے خراب گھر وہ ہے جس میں کسی یتیم کے ساتھ برائی کی جاتی ہو۔

آپ ﷺ کی جنتی بی بی حضرت فاطمہؓ، جن کی حالت یہ تھی کہ بچلی پیٹتے پیٹتے ہتھیلیاں گھس گئی تھیں اور

کم عقل سے اونچی باتیں نہ کرو، ورنہ وہ تمہاری تکذیب کرے گا۔ (داری)

کہ کس نے اس کا انڈہ لیا ہے اور اس کو دکھ پانچیا ہے۔  
ان صحابی نے کہا کہ یا رسول اللہ ﷺ میں نے یہ  
کیا ہے۔

آپ ﷺ نے فرمایا: اسے وہیں رکھ دو۔

حضرت انسؓ کہتے ہیں کہ میں نے دس برس  
حضور پاک ﷺ کی خدمت میں گزارے، مگر  
آپ ﷺ نے نہ کبھی ڈانٹا نہ مارا نہ یہ پوچھا کہ تم نے یہ  
کام کیوں کیا اور یہ کیوں نہیں کیا۔

آپ ﷺ نے تمام عمر میں کبھی کسی کو نہیں مارا  
اور یہ کیا عجیب بات ہے کہ ایک فوج کا جرنیل جس نے  
مسلسل نو برس لڑائیوں میں گزارے اور جس نے کبھی  
لڑائی کے میدان میں منہ نہیں موڑا، اس نے اپنے  
دشمن پر کبھی تلوار نہیں اٹھائی اور نہ کبھی اپنے ہاتھ سے  
کسی پر وار کیا۔

آپ ﷺ کبھی کسی کا احسان لینا گوارا نہ فرماتے۔  
حضرت ابو بکرؓ نے ہجرت کے وقت سواری کے لیے اونٹ  
پیش کیا تو آپ ﷺ نے اس کی قیمت ادا فرمادی۔ جن  
لوگوں سے تحفہ قبول فرماتے تھے ان کو اس کا بدلہ ضرور  
دیتے تھے، ایک مرتبہ ایک شخص نے یہ میں ایک اونٹنی  
پیش کی آپ ﷺ نے اس کا بدلہ دیا تو اس کو برا معلوم  
ہوا۔ آپ ﷺ نے منبر پر کھڑے ہو کر فرمایا:

تم لوگ مجھے بدیدہ دیتے ہو اور میں امکان بھر اس کا  
بدلہ دیتا ہوں تو ناراض ہوتے ہو۔

آپ ﷺ لین دین کے معاملے میں بہت صاف  
تھے، فرمایا کرتے کہ سب سے بہتر وہ لوگ ہیں جو قرض کو  
اچھی طرح سے ادا کرتے ہیں۔ ایک مرتبہ کسی سے  
آپ ﷺ نے اونٹ قرض لیا جب واپس کیا تو اس سے

بہتر اونٹ واپس کیا۔ ایک مرتبہ کسی سے ایک پیالہ  
عاریت لیا، اتفاق سے وہ گم ہو گیا تو آپ ﷺ نے اس کا  
تاوان ادا فرمایا۔

جو وعدہ فرماتے اس کو پورا کرتے، کبھی بد عہدی  
نہیں فرمائی۔ صلح حدیبیہ میں ایک شرط یہ بھی تھی کہ مکہ  
سے جو مسلمان ہو کر مدینہ جانے گا وہ مکہ والوں کے مطالبہ  
پر واپس کر دیا جائے گا۔

چنانچہ ایک صاحب ابو جندلؓ مکہ سے بھاگ کر آئے  
اور فریاد کی، سب مسلمان یہ دیکھ کر تڑپ گئے، لیکن  
آپ ﷺ نے صاف فرمادیا:

اے ابو جندلؓ صبر کرو میں بد عہدی نہیں کروں گا۔  
اللہ تمہارے لیے کوئی راستہ نکالے گا۔

سچائی آپ ﷺ کی ایک ایسی صفت تھی کہ دشمن  
بھی اس کو مانتے تھے۔ ابو جہلؓ کہا کرتا تھا کہ اے محمد!  
(ﷺ) میں تم کو جھوٹا نہیں کہتا، البتہ تم جو کچھ کہتے ہو  
اس کو صحیح نہیں سمجھتا۔

رسول پاک ﷺ بہت حیا دار تھے۔ کبھی کسی کے  
ساتھ بد زبانی نہیں کی، بازار میں جاتے تو چُپ چاپ گزر  
جاتے۔ بھری محفل میں کوئی بات ناگوار ہوتی تو لحاظ سے  
زبان سے کچھ نہ کہتے، لیکن چہرہ سے معلوم ہو جاتا۔

آپ ﷺ کی طبیعت میں بہت استقلال تھا جس چیز  
کا پکا ارادہ ہو جاتا، پھر اس کو پورا فرماتے۔

مزاغ مبارک میں سادگی بہت تھی، کھانے، پینے اور  
پہننے کے لیے موٹا جھوٹا جو کچھ مل جاتا اس کو پہن لیتے۔  
زمین پر چٹائی پر، فرش پر جہاں جگہ ملتی بیٹھ جاتے۔

دنیا سے بے رغبتی کے باوجود آپ ﷺ کو خشک  
مزاجی اکھڑ پن پسند نہ تھا۔

کبھی کبھی دلچسپی کی باتیں فرماتے، ایک مرتبہ ایک  
بڑھیا آپ ﷺ کے پاس آئی اور جنت کے لیے دعا کی  
خواہش کی۔

آپ ﷺ نے فرمایا: بوڑھی عورتیں جنت میں نہ  
جائیں گی، اس کو بہت رنج ہوا، روٹی ہوئی واپس چلی۔

آپ ﷺ نے لوگوں سے فرمایا:  
اس سے کہہ دو کہ بوڑھی عورتیں جنت میں جائیں  
گی مگر جو ان ہو کر جائیں گی۔

بعض لوگ رات دن نماز روزہ میں مشغول رہنا  
چاہتے تھے، اس کی وجہ سے بیوی بچوں نیز اپنے جسم کے  
حقوق کو پورا نہ ہونے کا اندیشہ تھا۔ حضور ﷺ ان کو  
روکے، حضرت عبداللہ بن عمروؓ کے متعلق خبر ہوئی کہ

انہوں نے ہمیشہ دن میں روزہ رکھنے اور رات بھر عبادت  
کرنے کا عہد کیا ہے۔  
آپ ﷺ نے ان کو بلا بھیجا اور پوچھا کہ کیا یہ خبر  
صحیح ہے؟...

انہوں نے عرض کیا: جی ہاں!  
فرمایا: تم پر تمہارے جسم کا حق ہے، آنکھ کا حق ہے،  
بیوی کا حق ہے....

آپ ﷺ کی احتیاط کا یہ عالم تھا کہ کسی کے گھر  
جاتے تو دروازہ کے دائیں یا بائیں کھڑے ہو جاتے اور اس  
سے اجازت مانگتے، سامنے اس لیے نہ کھڑے ہوتے کہ  
نظر گھر کے اندر نہ پڑے۔

صفائی کا خاص خیال رہتا۔ ایک شخص کو میلے کپڑے  
پہنے دیکھا تو فرمایا:

اس سے اتنا نہیں ہوتا کہ کپڑے دھو لیا کرے۔  
گفتگو ٹھہر ٹھہر کر فرماتے تھے، ایک ایک فقرہ الگ

ہوتا، کسی کی بات کاٹ کر گفتگو نہ فرماتے، جو بات نا پسند  
ہوتی اس کو ٹال دیتے۔ زیادہ تر چُپ رہتے، بے ضرورت  
گفتگو نہ فرماتے، ہنسی آتی تو مسکرا دیتے۔



## قارئین کرام سے گزارش



ادارہ روحانی

ڈائجسٹ قارئین

کرام کی سہولت

کی خاطر خط لکھنے

والے کرم فرما

قارئین سے گزارش کرتا ہے کہ آپ روحانی بینک راکٹرز

کلب، میری پسندیدہ کتاب، قدس، معلومات عالم، بچوں

کا روحانی ڈائجسٹ، اس ماہ کے بہترین مضامین اور روحانی

سوال و جواب کو ایک ہی لفافے میں ارسال کرنے کے

ساتھ ساتھ روحانی ڈاک، محفل مراقبہ، اور شعبہ سرکولیشن

کے خطوط بھی اسی لفافے میں ارسال کر سکتے ہیں۔ اگر

آپ کسی بھی شعبہ کے خطوط کے ساتھ روحانی ڈاک بھی

ایک ہی لفافے میں ارسال کر رہے ہوں تو لفافہ پر اس

شعبے کے نام کے ساتھ ساتھ روحانی ڈاک لکھنا نہ بھولیں۔  
نگارشات کے ہمراہ اپنا پورا نام اور مکمل ایڈریس اور تاریخ  
ضرور تحریر کریں۔ بصورت دیگر نگارشات کی اشاعت  
مکمل نہیں ہوگی۔ سرکولیشن سے متعلق استفسارات کے  
ساتھ اپنا رجسٹریشن نمبر لازماً تحریر کریں۔

بے شک اللہ تعالیٰ سے زیادہ قریب وہ شخص ہے جو سلام میں پہل کرتا ہے۔ (ترمذی)

جو شخص حصول علم کے لیے گھر سے نکلے، وہ جب تک واپس نہ آئے راہِ خدا میں رہتا ہے۔ (ترمذی)

وہ نبیوں میں

رحمت لقب پانے والا

شخص العلماء مولانا الطاف حسین حالی کا نام اردو ادب میں کسی تعارف کا محتاج نہیں ان کی لکھی ہوئی یہ معروف نعت ان کی تصنیف ”مسدس حالی“ سے لی گئی ہے۔

وہ نبیوں میں رحمت لقب پانے والا  
مرادیں غریبوں کی بر لانے والا  
مصیبت میں غیروں کے کام آنے والا  
وہ اپنے پرانے کا غم کھانے والا  
فقیروں کا بچا ضعیفوں کا ماوی  
یتیموں کا والی غلاموں کا مولی  
خطا کار سے در گزر کرنے والا  
بد اندیش کے دل میں گھر کرنے والا  
مفساد کا زیر و زبر کرنے والا  
قبائل کو شیر و شکر کرنے والا  
اُتر کر حرا سے سوئے قوم آیا  
اور اک نسیبہ کیمیا ساتھ لایا  
مس خام کو جس نے گنبدن بنایا  
کھرا اور کھوٹا الگ کر دکھایا  
عرب جس پہ قرونوں سے تھا جہل چھایا  
پلٹ دی بس اک آن میں اس کی کایا  
رہا ڈر نہ بیڑے کو موج بلا کا  
ادھر سے ادھر پھر گیا رُخ ہوا کا

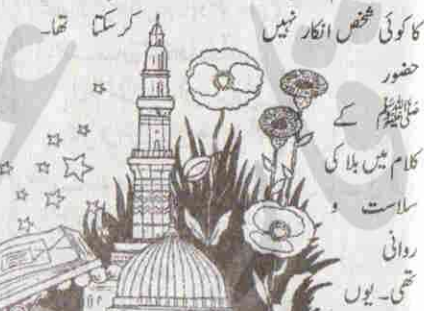
شاعر: مولانا الطاف حسین حالی

خیر البشر علیہ السلام نمبر

اہل عرب فصاحت و بلاغت میں تمام اقوام عالم سے برتر اور افضل تھے۔ انہیں اپنے اس وصف پر اتنا ناز تھا کہ وہ اپنے سوا تمام اقوام عالم کو بھی (گوہگا) کہتے تھے۔ ان فصحاء و بلغاء میں بھی حضور ﷺ کی شان فصاحت عدیم المثال تھی۔ حضور ﷺ کی شان فصاحت کا کوئی شخص انکار نہیں کر سکتا تھا۔

سمندر ان میں مؤجران ہوتا تھا۔ حضور پاک ﷺ کی زبان مبارک سے ایسے حکیمانہ جملے صادر ہوتے جو حکمت و دانائی میں اپنی مثال نہیں رکھتے۔

عرب کے مختلف خطوں میں جو عربی بولی جاتی تھی اس میں بڑا تفاوت ہوتا تھا۔ سرکارِ دو عالم ﷺ کا وطن مبارک اگرچہ حجاز تھا، لیکن حضور ﷺ اہل حجاز کی لغت میں بھی جب گفتگو فرماتے تو فصاحت و بلاغت کے چمن آباد ہو جاتے اور عرب کے دیگر علاقوں کی علاقائی زبانوں میں بھی اس سلاست و روانی تھی۔ یوں



نبی اکرم ﷺ کی فصاحت و بلاغت

معلوم ہوتا کہ یہ کلمات نور کے سانچے پیر محمد کرم شاہ الازہری میں ڈھل کر زبانِ اقدس سے ادا ہو رہے ہیں۔ جو بات زبان مبارک سے نکلتی، وہ ہر عیب سے پاک ہوتی، اس میں تکلف کا شائبہ تک نہ ہوتا۔

علاقائی زبان میں خطاب فرماتے۔ اسی زبان کے محاورے استعمال فرماتے۔ انہی کی شان فصاحت کا مقابلہ کرتے، یہاں تک کہ صحابہ کرامؓ جب کسی دوسرے علاقہ کی زبان میں حضور ﷺ کو گفتگو کرتے سنتے تو کئی الفاظ کی

حضور ﷺ جب بھی کسی کو مخاطب فرماتے تو اس کی علاقائی زبان میں خطاب فرماتے، اسی زبان کے محاورے استعمال فرماتے، انہی کی شان فصاحت کا مقابلہ کرتے، یہاں تک کہ صحابہ کرامؓ جب کسی دوسرے علاقہ کی زبان میں حضور ﷺ کو گفتگو کرتے سنتے تو کئی الفاظ کی تشریح و وضاحت کے لیے اپنے آقا و مولانا ﷺ کی طرف رجوع کرتے۔

فروری ۲۰۱۲ء

محمد کرم شاہ الازہری ایک صوفی بزرگ اور وفاقی شرعی عدالت کے جج ہونے کے ساتھ ساتھ ایک مایہ ناز مفسر، سیرت نگار، ماہر تعلیم، صحافی اور ادیب بھی تھے۔ قرآن کریم کا خوبصورت محاوراتی اردو ترجمہ جمال القرآن، قرآن کریم کی تفسیر ضیاء القرآن، سیرت طیبہ کے موضوع پر شاہکار کتاب ضیاء النبی ﷺ اور سنت خیر الانام ان کے قلم کے شاہکار ہیں۔ اس کے علاوہ فقہی، تاریخی، سیاسی، معاشی، معاشرتی اور دیگر اہم موضوعات پر متعدد مقالات آپ کی علمی، روحانی اور ملی خدمات کا منہ بولتا ثبوت ہیں۔

تشریح و وضاحت کے لیے اپنے آقا و مولا ﷺ کی طرف رجوع کرتے۔

بنی ہند کے خطیب طہذہ النہدی، قطن بن حارث، اشعث بن قیس، وائل بن حجر الکندی اور حضرموت کے قبیلوں کے رؤسا اور یمن کے بادشاہوں سے گفتگو فرماتے تو انہی کی زبان اور انہی کے لہجے سے۔

قبیلہ کے سردار طہذہ کے لیے حضور ﷺ کے ارشادات، وائل بن حجر کے نام حضور ﷺ کا گرامی نام، مختلف قبائل کے رؤسا اور سلاطین کے نام حضور ﷺ کے مکتوبات... اگرچہ ہم ان کلمات میں سے اکثر کو نہیں سمجھ سکتے، لیکن ان میں جو روانی اور سلاست، جو فصاحت ہے، پڑھنے والا کبھی بغیر اس کا اعتراف کرنے پر مجبور ہو جاتا ہے۔

جب عرب کی ان علاقائی زبانوں میں حضور ﷺ کی فصاحت و بلاغت کا سمندر یوں ٹھاٹھیں مار رہا ہو کہ

پڑھنے اور سننے والے کبھی بغیر ان کی فصاحت و جزالت سے لطف اندوز ہوتے تو روزمرہ زبان میں جو شیرینی اور دلکشی ہوگی اس کا کون اندازہ لگا سکتا ہے۔

کئی ادیبانے سرور عالم ﷺ کے جوامع الکلم اور حکیمانہ اقوال کے مجموعے تالیف کیے ہیں، جو عربی زبان کا طرہ بہ طرہ ہیں اور اہل عرب کے لیے فخر و مہلت کا باعث ہیں۔ جوامع الکلم اور اقوال حکمت کے چند نمونے ملاحظہ فرمائیں۔ (مجموعہ کتاب الشفاء: قاضی عیاض، جلد 1: صفحہ 139)

1- المسلمین تتكافأ دماءهم  
تمام مسلمانوں کا خون مساوی ہے۔

یعنی قصاص و دیت میں کسی شخص کو اس کی ثروت اور اس کے خاندان کے پیش نظر ترجیح نہیں دی جائے گی بلکہ سب کا قصاص یکساں ہوگا۔

2- یسی ہی ہن متہمہ ادناہم  
اگر کوئی کم درجے والا مسلمان کسی قوم کو لمان دے گا یا عہد کرنے کا تو سب مسلمانوں پر اس کی پابندی لازمی ہوگی۔

3- وہم ید علی من سواہم  
تمام مسلمان دشمن کے مقابلہ میں یکجان ہوں گے۔ (ابوداؤد، نسائی، ابن ماجہ، المصنف ابن ابی شیبہ)

یہ تین چھوٹے چھوٹے جملے ہیں لیکن اگر ان میں غور کیا جائے تو ان میں علم و حکمت کے چشمے ایلتے ہوئے محسوس ہوتے ہیں۔ ان کی تشریح میں بڑے بڑے دفتاز لکھے جاسکتے ہیں۔ حضور ﷺ کے متعدد ارشادات جو جوامع الکلم میں سے ہیں اور ان کا دامن حکمت کے انمول موتیوں سے معمور ہے ان میں سے چند یہاں درج کیے جاتے ہیں۔

1- الناس کاستغان المشط  
تمام انسان اس طرح برابر ہیں جس طرح کنگھی کے

دندانے (ابن عدی، صحیح البانی)

2- والمعومع من احب  
ہر انسان کو اس کی معیت حاصل ہوگی جس کے ساتھ وہ محبت کرتا ہے (مشفق علیہ)

3- لاخیر فی صحبۃ من لا یروی لک ماتوی لہ  
اس شخص کی ہم نشینی میں کوئی فائدہ نہیں کہ تو اس کے بارے میں خیر کی تمنا کرے اور وہ جہیں تک پہنچانے کے منصوبے بناتا ہے۔ (ابن حبان)

4- والناس معادن  
لوگوں کے مزاج مختلف قسم کے ہوتے ہیں، جس طرح زمین میں مختلف قسم کی معدنیات ہوتی ہیں۔ (مسند احمد)

5- وما ھلک امرؤ عرف قدرہ  
جو اپنی قدر پہچانتا ہے وہ ہلاک نہیں ہوتا۔ (عیون اخبار)

6- المستشار موثن و هو بالخیار مالک یتکلمہ  
جس سے مشورہ لیا جائے وہ اٹن ہے۔ جب تک وہ اپنی رائے کا اظہار نہ کرے بلکہ خاموش رہے اسے اختیار ہے کہ وہ مشورہ دے یا نہ دے۔ (خرزنجیہ الآداب وغایۃ الآرب - حموی)

7- رحمہ اللہ عبد اقال خیرا امغنہ اوسکت فسلمہ  
اللہ اس شخص پر رحم فرمائے جو اچھی بات زبان سے نکالتا ہے اور اس سے فائدہ پہنچتا ہے یا سکت اختیار کرتا ہے اور تمام لوگوں کی ایذا رسانی سے محفوظ رہتا ہے۔ (صحیح البانی)

یہاں علامہ قاضی عیاض نے حضور پر نور علیہ الصلوٰۃ والسلام کی جوامع الکلم کی بہت سی نادر مثالیں درج کی ہیں۔ ان کے پڑھنے سے یقیناً نور بصیرت میں اضافہ ہوتا ہے۔ (اقتباس: ضیاء النبی۔ جلد پنجم، صفحہ 275 از پیر محمد کرم شاہ الازہری)

دندانے (ابن عدی، صحیح البانی)

2- والمعومع من احب

ہر انسان کو اس کی معیت حاصل ہوگی جس کے

ساتھ وہ محبت کرتا ہے (مشفق علیہ)

3- لاخیر فی صحبۃ من لا یروی لک ماتوی لہ

اس شخص کی ہم نشینی میں کوئی فائدہ نہیں کہ تو اس

کے بارے میں خیر کی تمنا کرے اور وہ جہیں تک پہنچانے

کے منصوبے بناتا ہے۔ (ابن حبان)

4- والناس معادن

لوگوں کے مزاج مختلف قسم کے ہوتے ہیں، جس طرح

زمین میں مختلف قسم کی معدنیات ہوتی ہیں۔ (مسند احمد)

5- وما ھلک امرؤ عرف قدرہ

جو اپنی قدر پہچانتا ہے وہ ہلاک نہیں ہوتا۔ (عیون اخبار)

6- المستشار موثن و هو بالخیار مالک یتکلمہ

جس سے مشورہ لیا جائے وہ اٹن ہے۔ جب تک وہ اپنی

رائے کا اظہار نہ کرے بلکہ خاموش رہے اسے اختیار ہے کہ وہ

مشورہ دے یا نہ دے۔ (خرزنجیہ الآداب وغایۃ الآرب - حموی)

7- رحمہ اللہ عبد اقال خیرا امغنہ اوسکت فسلمہ

اللہ اس شخص پر رحم فرمائے جو اچھی بات زبان سے نکالتا

ہے اور اس سے فائدہ پہنچتا ہے یا سکت اختیار کرتا ہے اور تمام

لوگوں کی ایذا رسانی سے محفوظ رہتا ہے۔ (صحیح البانی)

یہاں علامہ قاضی عیاض نے حضور پر نور علیہ الصلوٰۃ

والسلام کی جوامع الکلم کی بہت سی نادر مثالیں درج کی ہیں۔

ان کے پڑھنے سے یقیناً نور بصیرت میں اضافہ ہوتا ہے۔

(اقتباس: ضیاء النبی۔ جلد پنجم، صفحہ 275 از پیر محمد

کرم شاہ الازہری)



## نعت رسول مقبول ﷺ

تذکرہ حضورؐ جب لکھے  
ایک اک حرف باادب لکھے

جب ہو مقصود آپ کی توصیف  
آپ کو حسن نور رب لکھے

عظمتیں سب انہیں کو سجتی ہیں  
خود کو بے نام و بے نسب لکھے

جب میر ہوں حرف پاکیزہ  
جب قلم پاوضو ہو تب لکھے

وہ جہانوں کی شان ہیں ان کو  
منع عطرت عرب لکھے

وہ نہ ہوتے تو کچھ نہیں ہوتا  
وہی ہستی کا ہیں سب لکھے

شان اونچی ہے لفظ چھوٹے ہیں  
ان کے شایان کیا لقب لکھے

ہے تقاضائے بندگی عنبر  
نعت محبوبت روز و شب لکھے

(اشفاق عنبر)

قیامت کے دن سچے اور دیانتدار تاجر نبیوں، صدیقیوں اور شہیدوں کے ساتھ ہوں گے۔ (ترمذی)

کنبوس اور ایمان، دونوں چیزیں بیک وقت ایک مومن کے دل میں جمع نہیں ہو سکتیں۔ (نسائی)

نامور شاعر اور نثر نگار ابو الاشرف حفیظ جالندھری کو پاکستان کے قومی ترانہ کی تخلیق اور ان کی تصنیف ”شاہنامہ اسلام“ سے شہرت دوام حاصل ہے، کتاب شاہنامہ اسلام میں موجود ”سلام“ آج بھی ہر محفل میلاد کی زینت بنا ہوا ہے۔

سلام اے آسمان کے لال، اے محبوب سبحانی  
 سلام اے فخر موجودات، فخر نوع انسانی  
 سلام اے ظل رحمانی، سلام اے نور یزدانی  
 ترا نقص قدم ہے زندگی کی لوح پیشانی  
 سلام اے سز وحدت، اے سراج بزم ایمانی  
 زبے یہ عزت افزائی، زبے تشریف آرزانی  
 ترے آنے سے رونق آئی گزار ہستی میں  
 شریک حال قسمت ہو گیا پھر فضل ربانی  
 سلام اے صاحب خلق عظیم! انساں کو سکھادے  
 یہی اعمال پاکیزہ یہی اشغال زوجانی  
 تری صورت! تری سیرت! ترا نقش! ترا جلوہ!  
 تبسم، گفتگو، بندہ نوازی، خندہ پیشانی  
 اگرچہ فقر فخری رتبہ ہے تیری قناعت کا  
 مگر قدموں تلے ہے فخر کسرائی و خاقانی  
 زمانہ منتظر ہے اب نئی شیرازہ بندی کا  
 بہت کچھ ہو چکی اجزائے ہستی کی پریشانی  
 زمین کا گوشہ گوشہ نور سے معمور ہو جائے  
 ترے پرتو سے مل جائے ہر اک ڈڑے کو تابانی  
 تیرا در ہو، میرا سر ہو، مرا دل ہو، ترا گھر ہو  
 تمنا مختصر سی ہے مگر تمہید طولانی  
 سلام اے آفتاب زنجیر باطل توڑنے والے  
 سلام اے خاک کے ٹوٹے ہوئے دل جوڑنے والے  
 (ابو الاشرف حفیظ جالندھری)

ترجمہ: ”پاک ذات ہے جو لے گیا اپنے بندے کو  
 رات ہی رات ادب والی مسجد (مسجد الحرام) سے پرلی مسجد  
 (مسجد الاقصیٰ) تک جس میں ہم نے خمویاں رکھی ہیں کہ  
 دکھاویں اس کو کچھ اپنی قدرت کے نمونے، وہی ہے سنتا  
 دیکھتا۔“ (بنی اسرائیل)

رجب کی 27 ویں شب سیدنا حضور علیہ الصلوٰۃ  
 والسلام اپنی چچا زاد بہن ام ہانی کے گھر میں آرام فرما رہے

وآلہ وسلم نے جلیل القدر پیغمبروں سے ملاقات کی۔ پہلے  
 آسمان پر حضرت آدمؑ آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو ملے۔  
 دوسرے آسمان پر حضرت عیسیٰؑ نے آپ صلی اللہ علیہ  
 وآلہ وسلم کا استقبال کیا۔ چوتھے آسمان  
 پر حضرت اوریس

## دو کمانوں سے کم فاصلہ!

سب سے پہلے دانوں کے کہنے  
 کے مطابق اگر ہم زمین اور سورج کا  
 فاصلہ نو کروڑ میل تسلیم کر لیں تو سیدنا  
 حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام نے پلک  
 جھپکنے سے پہلے ایک ارب چوالیس کروڑ  
 میل کا فاصلہ جانے کے لئے طے

تھے کہ گھر کی چھت شق  
 ہوئی۔ آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے دیکھا کہ جبرائیل  
 امین فرشتوں کے ہمراہ تشریف لائے اور حضور علیہ  
 الصلوٰۃ والسلام کو زم زم کے کنوئیں کے پاس لے گئے۔ وہاں  
 جبرائیلؑ نے سیدہ مبارک کھول کر دل باہر نکالا اور آپ زم  
 زم سے دھونے کے بعد دوبارہ سینہ میں رکھ دیا۔  
 سیدنا حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام براق پر سوار ہو کر

بیت المقدس تشریف لے گئے۔ مسجد  
 خواجہ شمس الدین عظیمی  
 اقصیٰ میں حضور صلی اللہ علیہ وآلہ  
 وسلم نے انبیاء علیہم السلام کی امامت فرمائی۔ اس کے  
 بعد آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی خدمت میں دودھ اور  
 شراب کے پیالے پیش کئے گئے۔ آپ صلی اللہ علیہ وآلہ  
 وسلم نے دودھ پسند فرمایا۔ حضرت جبرائیلؑ نے کہا آپ  
 صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فطرت کو اختیار کیا ہے۔

بیت المقدس سے آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم عالم  
 بالا کی طرف روانہ ہوئے۔ آسمانوں میں آپ صلی اللہ علیہ

کیا اور ایک ارب  
 چوالیس کروڑ میل زمین  
 پر واپس تشریف لانے کے لئے  
 فاصلہ طے کیا۔  
 اس کا مطلب یہ ہوا کہ حضور  
 پاک صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی رفتار  
 پرواز پلک جھپکنے سے بھی کم وقت میں  
 دو ارب اسی کروڑ میل ہے۔



سلسلہ عظیمیہ کے مرشد حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی ایک صوفی بزرگ اور روحانی اسکالر ہیں۔ آپ نے اسلام، تقویٰ، روحانیت اور پیراسائیکولوجی کے موضوعات پر 30 سے زیادہ کتب اور سینکڑوں کتابچے تحریر فرمائے ہیں۔ آپ کی معروف تصانیف میں مراقبہ، روحانی نماز، روحانی علاج، خواب اور تعبیر، قلندر شعور، احسان و تقویٰ، صدائے جرس، کلر تھراپی، تجلیات، محمد رسول اللہ ﷺ اور اللہ کے محبوب ﷺ شامل ہیں۔ آپ نے کتاب محمد رسول اللہ ﷺ کی جلد دوم میں رسول اللہ ﷺ کے معجزات کی موجودہ سائنسی علم کی روشنی میں توجیہ پیش کی ہے۔ یہاں اس کتاب سے ایک اقتباس قارئین روحانی ڈائجسٹ کے لیے پیش کیا جا رہا ہے۔

ان کی دسترس میں ہوں گے اور ان کے سامنے چاندی کے برتن اور شیشے کے پیالے گردش میں ہوں گے۔ شیشے، چاندی کی قسم کے ہوں گے۔ ان کو انہوں نے نہایت موزوں اندازوں کے ساتھ سجایا ہوگا۔ ان کو وہاں ایسی شراب کے جام پلائے جائیں گے جس میں زنجبیل (سونٹھ) کی آمیزش ہوگی۔ یہ جنت کا ایک چشمہ ہے جس سلسبیل کہا جاتا ہے۔ ان کی خدمت میں غلام حاضر ہوں گے جو ہمیشہ لڑکے ہی رہیں گے۔ تم ان کو دیکھو تو سمجھو کہ موتی ہیں جو تکبیر دئے گئے ہیں۔ وہاں جدر بھی نگاہ ڈالو گے نعتیں ہی نعتیں اور ایک عظیم بادشاہی دیکھو گے۔ ان کے اوپر باریک ریشم کے سبز لباس اور اطلس و دیبا کے کپڑے ہوں گے، ان کو چاندی کے کپڑے پہنائے جائیں گے اور ان کا رب ان کو نہایت پاکیزہ شراب پلائے گا۔ بے

ترجمہ: جنت میں داخل ہو جاؤ تم اور تمہارے زوج تم شاد کئے جاؤ گے۔ ان کے سامنے سونے کی طشتیاں اور سونے کے پیالے پیش کئے جائیں گے اور ان میں وہ چیزیں ہوں گی جو دل کو پسند اور آنکھوں کے لئے لذت بخش ہوں گی اور تم اس میں ہمیشہ رہو گے اور یہ وہ جنت ہے جس کے تم وارث بنائے گئے اپنے اعمال کے صلے میں۔ اور تمہارے لئے اس میں بہت سے میوے ہوں گے جن میں سے تم کھاؤ گے۔ (الزخرف-70-73)

ترجمہ: متقیوں کے لئے جس جنت کا وعدہ کیا گیا ہے اس کی شان تو یہ ہے کہ اس میں نہریں بہ رہی ہوں گی نھرے ہوئے پانی کی، نہریں بہ رہی ہوں گی ایسے دودھ کی جس کے ذائقے میں ذرافرق نہیں آیا ہوگا۔ نہریں بہ رہی ہوں گی ایسی شراب کی جو پینے والوں کے لئے لذیذ ہوگی، نہریں بہ رہی ہوں گی صاف شفاف شہد کی، اس میں ان کے لئے ہر طرح کے پھل ہوں گے اور ان کے رب کی طرف سے بخشش۔ (محمد-15)

ترجمہ: بے شک اہل جنت آج اپنی دلچسپیوں میں مگن ہوں گے وہ اور ان کے زوج سایوں میں مندوں پر تکیے لگائے ہوئے بیٹھیں گے اور اس میں ان کے لئے میوے ہوں گے اور ان کے لئے وہ سب کچھ ہو گا جو وہ طلب کریں گے، رب رحیم کی طرف سے ان کو سلام کہا گیا ہے۔ (طہین-55-58)

ترجمہ: اور انہوں نے جو صبر کیا اس کے صلے میں اللہ ان کو جنت اور ریشمی لباس عطا کرے گا۔ وہاں وہ اونچی مندوں پر تکیے لگائے بیٹھے ہوں گے۔ نہ انہیں دھوپ کی گرمی ستائے گی نہ جاڑے کی سردی۔ جنت کی چھاؤں ان پر بھی ہوئی سایہ کر رہی ہوگی اور اس کے پھل

مقام میں۔ (بنی اسرائیل-78-79)

روایات ملتی ہیں کہ معراج کے سفر میں محمد رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے آسمانوں میں حیرت انگیز مناظر دیکھے۔ آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے جنت کی سیر کی اور دوزخ کے طبقات آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو دکھائے گئے۔ نیک و بد لوگوں کا مقام دیکھا اور ان مقامات پر اعمال کی جزا و سزا کا مشاہدہ کیا۔ آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے جنت کے دارودار رضوان سے ملاقات کی اور جنت کے باغوں میں گھوم پھر کر ان کا معائنہ کیا۔

قرآن میں ہے:

ترجمہ: مومن مردوں اور عورتوں سے اللہ کا وعدہ ہے کہ انہیں ایسے باغ دے گا جن کے نیچے نہریں بہتی ہوں گی اور وہ ان میں ہمیشہ رہیں گے۔ ان سدا بہار باغوں میں ان کے لئے پاکیزہ قیام گاہیں ہوں گی اور سب سے بڑھ کر یہ کہ اللہ کی خوشنودی انہیں حاصل ہوگی، یہی بڑی کامیابی ہے۔ (توبہ-72)

ترجمہ: متقی لوگوں کے لئے جس جنت کا وعدہ کیا گیا ہے اس کی شان یہ ہے کہ اس کے نیچے نہریں بہ رہی ہیں، اس کے پھل دائمی ہیں اور اس کا سایہ لازوال ہے۔ یہ انجام ہے متقی لوگوں کا اور منکروں کے لئے دوزخ ہے۔ (رعد-35)

ترجمہ: ہمیشہ رہنے والی جنتیں ہیں جن میں یہ لوگ داخل ہوں گے۔ وہاں انہیں سونے کے کنگنوں اور موتیوں سے آراستہ کیا جائے گا، وہاں ان کا لباس ریشم ہوگا اور وہ کہیں گے شکر ہے اس خدا کا جس نے ہم سے نعم دور کر دیا، یقیناً ہمارا رب معاف کرنے والا اور قادر فرمانے والا ہے۔ (فاطر-33-35)

سے ملاقات ہوئی۔ پانچویں آسمان پر حضرت ہارون اور چھٹے آسمان پر حضرت موسیٰ آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے استقبال کے لئے موجود تھے۔ ابوالانبیاء حضرت ابراہیم نے ساتویں آسمان پر آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو خوش آمدید کہا۔ ساتویں آسمان پر "بیت المعمور" دیکھا۔ ساتویں آسمان کے بعد سدرۃ المنتہیٰ تک حضرت جبرائیل آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے ہمراہ رہے۔ اس کے بعد محمد رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے خالق کائنات کی تسبیح و تقدیس فرمائی اور حجابِ عظمت کا معائنہ کیا۔ پھر آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم پر حجاب کبریا منکشف ہوا۔ حجاب کبریا منکشف ہونے کے بعد سیدنا حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام نے حجاب محمود میں تجلیات کا مشاہدہ کیا اور مقام محمود میں اللہ کو دیکھا۔

ترجمہ: دل نہ جو دیکھا، جھوٹ نہیں دیکھا۔ (سورہ نجم)

معراج میں بارگاہ رب العزت سے انعامات عطا کئے گئے۔ مفسرین نے تین اکرامات کا بطور خاص تذکرہ کیا ہے۔

- 1- سورہ البقرہ کی آخری آیات جن میں اسلام کے رہنما اصول بیان کئے گئے ہیں۔
- 2- امت محمدی کی بخشش کا وعدہ، مگر جو لوگ شرک کے مرتکب ہوں گے وہ اس انعام سے محروم رہیں گے۔
- 3- نماز پنجگانہ کی فریضت۔

ترجمہ: قائم کرو صلوٰۃ سورج کے ڈھلنے سے رات کے اندھیرے تک اور قرآن پڑھنا فجر کا، بے شک قرآن پڑھنا فجر کا ہوتا ہے زبور۔ اور کچھ رات جاگنا، اس میں فائدہ ہے تجھ کو، کھڑا کرے گا تجھ کو تیرا رب تعریف کے

جو کوئی انسان کا شکر گزار نہیں ہوتا، وہ اللہ کا بھی شکر گزار نہیں۔ (مسند احمد، ترمذی)

شک یہ تمہارے عمل کا صلہ ہے اور تمہاری کوشش مقبول ہوئی۔ (الدمر 11-22)

روایت کے مطابق محمد رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے معراج کی شب دوزخ کے دارود سے ملاقات کی اور دوزخ کے عذاب میں مبتلا لوگوں کے حالات آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو بتلائے گئے۔ آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے دیکھا کہ:

کچھ لوگوں کو ان کے اپنے بدن کا گوشت کاٹ کاٹ کر کھلایا جا رہا تھا۔ یہ چغل خور اور غیبت کرنے والے لوگ تھے۔

کچھ لوگ جن کے ہونٹ اونٹ کے ہونٹوں کی طرح تھے اور ان کے منہ میں پتھروں کے انگارے ٹھونے جا رہے تھے۔ یہ تیبیوں کا مال ہضم کرنے والے لوگ تھے۔

سود خوروں کو دیکھا کہ ان کے شکموں میں سانپ بھرے ہوئے تھے۔ ان کے پیٹ اتنے بڑے بڑے تھے کہ وہ اپنی جگہ سے ہل نہیں سکتے تھے۔ سود خوروں کے گردے کا ایک فرد کو اس حال میں بھی دیکھا کہ وہ خون کی ندی میں تیر رہا تھا جب تیرتے ہوئے کنارے تک آتا لوگ اس کو پتھر مارتے اور وہ واپس پلٹ جاتا تھا۔

نجانا زرد دولت مکمانے والوں کو متعفن اور سزا مند سے بھرا ہوا گوشت کھاتے ہوئے دیکھا۔

لوگوں کو دیکھا کہ ان کے ہونٹ اور زبائیں کاٹی جا رہی ہیں۔ زبان اور ہونٹ صحیح ہو جاتے اور دوبارہ تکلیف وہ عمل شروع ہو جاتا تھا۔ سیدنا حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام کو بتایا گیا کہ یہ بد عمل منبر نشین، خطیب، واعظ اور عالم ہیں جو دوسروں کو فصیح کرتے تھے اور خود اس پر عمل نہیں کرتے تھے۔

سیدنا حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام نے ایک چھوٹے سے پتھر سے بہت بڑا تیل نکلنے دیکھا جو کہ دوبارہ پتھر میں داخل ہونے کی کوشش میں لگ جاتا تھا۔ آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو بتایا گیا کہ یہ حال اس شخص کا ہے جو بڑی بات منہ سے نکال کر شرمندہ ہوتا ہے لیکن اس کو واپس لینے پر قدرت نہیں رکھتا۔

معراج میں سیدنا حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام نے زمین پر سینکڑوں میل کا فاصلہ طے کیا اور ہزاروں لاکھوں نوری سال کے فاصلے پر آسمان کی حدود میں داخل ہوئے۔ فرشتوں کی حد سے آگے تشریف لے گئے اور خدائے کریم سے ہم کلام ہوئے اور اس سفر سے جب واپس لوٹے تو گھر کے دروازے کی کنڈی اسی طرح ہل رہی تھی جس طرح جاتے وقت ہلتی ہوئی چھوڑ گئے تھے۔

معراج سے واپس تشریف لانے کے بعد محمد رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ام ہانیؓ سے رات کا واقعہ کا تذکرہ کیا تو انہوں نے قریش کی استہزاء کے ڈر سے مشورہ دیا کہ اس کا ذکر لوگوں سے نہ کیا جائے۔ سیدنا علیہ الصلوٰۃ والسلام نے فرمایا: میں ضرور ان سے تذکرہ کروں گا، میرا رب سچا ہے اور جو کچھ میں نے دیکھا ہے، سچ ہے۔

معراج میں پیش آنے والے واقعات سن کر دل کے اندھے کفار مکہ آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا مذاق اڑانے لگے۔ کچھ مسلمان جن کا ایمان ابھی پختہ نہیں تھا، مرتد ہو گئے۔

حضرت ابو بکرؓ سے کفار مکہ نے کہا کہ نبوت کے دعویدار تمہارے ساتھی کا کہنا ہے کہ وہ رات ہی رات میں بیت المقدس ہو آئے ہیں تو انہوں نے جواب میں کہا: اگر محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کہتے ہیں تو یہ درست ہے، میں تو

اس سے بھی زیادہ پر ایمان رکھتا ہوں کہ فرشتے ان کے پاس رفتار سے مقام محمود میں تشریف لے گئے۔

ترجمہ: قسم ہے تارے کی جب ڈوبے۔ یہ کہ نہیں تمہارا رفیق اور بے راہ نہیں چلا اور نہیں بولتا اپنی خواہش سے۔ ان کو بولنا وحی ہے جو ان پر بھیجی جاتی ہے۔ اس کو سکھایا سخت قوتوں والے زور آور نے۔ پھر اصلی صورت پر نمودار ہوا۔ اسی حالت میں کہ وہ بلند کنارے پر تھا۔ پھر وہ نزدیک آیا، پھر اور نزدیک آیا۔

اور آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے تمام تفصیلات بتادیں۔ کفار مکہ تذبذب کا شکار ہو گئے۔ ایک سردار نے تجارتی قافلوں کے بارے میں پوچھا کہ وہ کہاں ہیں؟۔۔۔۔۔

حضرت محمد رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے تین قافلوں کے بارے میں تفصیلات بتائیں۔ کفار نے بیضاء کی گھاٹی کی طرف چند لوگوں کو تصدیق کے لئے بھیجا تو انہیں تیسرا قافلہ آتا ہوا نظر آیا۔ باقی دو قافلے بھی وقت مقررہ پر کہ پہنچ گئے۔

علم کی دو قسمیں ہیں۔ 1- علم حضوری۔۔۔۔۔ 2- علم حصولی۔۔۔۔۔

علم حضوری کی بھی دو قسمیں ہیں۔ غیب الغیب اور غیب لہجی علم القلم اور علم لوح۔۔۔۔۔ علم حضوری کائنات کے صفاتی احساس کا مجموعہ ہے۔ سیدنا علیہ الصلوٰۃ والسلام

غیب الغیب، علم القلم اور علم لوح کے عارف و امین ہیں۔ چار نمبروں کے نورانی تشکلات سیدنا حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام کے اتر میں ذخیرہ ہیں۔ اس ذخیرے کی وجہ سے معراج کے سفر میں سیدنا علیہ الصلوٰۃ والسلام کی قوت پرواز جس کو ہم رفتار بھی کہہ سکتے ہیں اتنی زیادہ ہے کہ حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا جب مہارک قائم آسمانی کی گرفت سے آزاد ہو گیا اور حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم روشنی سے بھی زیادہ

اس کا مطلب یہ ہوا کہ حضور پاک صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی رفتاری پرواز پلک جھپکنے سے بھی کم وقت میں دو ارب اٹھاسی کروڑ میل ہے۔ اس وقت سائنس کے سامنے سب سے اہم مسئلہ یہ ہے کہ زمان کی نفی کر کے زیادہ سے زیادہ رفتاری پرواز پر کنٹرول حاصل کر لیا جائے اور سائنس کی تمام تر ترقی کا دار و مدار رفتاری تیزی اور وقت کی نفی ہے۔ لیکن کسی انسان کی رفتاری پرواز اتنی کبھی نہیں ہوگی جتنی آخری پیغمبر محمد رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی ہے۔

بلاشبہ یہ تقویٰ کے ذخائر میں سے ہے کہ وہ چیز سیکھے جو تو نہیں جانتا۔ (طبرانی، خطیب)

فروری ۲۰۱۲ء

57

تاجر کو روزی دی جاتی اور ذخیرہ اندوز پر لعنت کی جاتی ہے۔ (ابن ماجہ)

56

## رحمتہ العالمین ﷺ

پاکستان کے مشہور شاہ خواں مظفر وارثی اردو نعت گوئی میں منفرد مقام رکھتے ہیں، کوئی تو ہے جو نظام ہستی چلا رہا ہے، میرا پیغمبر عظیم تر ہے، میرا توبہ کچھ میرا نبی ہے اور یا رحمتہ العالمین جیسی شاہکار تخلیق آج بھی والوں کو چھو لیتی ہے۔

الہام جامہ ہے تیرا  
منبر تیرا عرش بریں  
آئینہ رحمت بدن  
قرب الہی تیرا گھر  
خوشبو تیری جوئے کرم  
نور ازل تیری جبین  
تیری نموشی بھی اذان  
تیری حیات پاکت کا  
خیر البشر زتبہ تیرا  
آفاق تیرے سامعین  
قبضہ تیری پر چھائیں کا  
قدموں کی جنبش خاک  
گرد سفر تاروں کی ضو  
سائیں جبرئیل امیں  
تو آفتاب غار بھی  
عجز و وفا بھی، پیار بھی  
تیری زردہ فتح و ظفر  
تغ و تیر صبر و یقیں  
پھر گذریوں کو لعل دے  
حاوی ہوں مستقبل پہ ہم  
دعویٰ ہے تیری چاہ کا  
تیرے سوا کوئی نہیں

قرآن علامہ ہے تیرا  
یا رحمتہ للعالمین  
سائیں چراغ علم و فن  
الفقر و فخری تیرا دھن  
آکھیں تیری باب حرم  
یا رحمتہ للعالمین  
نیندیں بھی تیری رتجگ  
ہر لمحہ پیغمبر لگے  
آواز حق خطبہ تیرا  
یا رحمتہ للعالمین  
چینائی پر اور اک پر  
اور آہٹیں افلاک پر  
مرقب براق تیز رو  
یا رحمتہ للعالمین  
تو پرچم یلغار بھی  
شہ زور بھی سالار بھی  
صدق و وفا تیری سپر  
یا رحمتہ للعالمین  
جاں پتھروں میں ڈال دے  
ماضی سا ہم کو حال دے  
اس امت گم راہ کا  
یا رحمتہ للعالمین

(مظفر وارثی)

## خیر البشر ﷺ نمبر

رسول اللہ ﷺ کی ذات بلاشبہ

پوری انسانیت کے لیے آئینہ عمل ہے۔

قرآن کریم کی سورہ انبیاء ۲۱

آیت ۳۳ کے مطابق....

ترجمہ: بے شک

رسول اللہ ﷺ

کی ذات میں

تمہارے لئے بہترین

نمونہ ہے۔

دیگر صفات حمیدہ کی

طرح رواداری کی صف

پیدا کرنے کے لئے

ہمیں مکمل رہنمائی آپ

ﷺ کی ذات مبارکہ

سے ہی ملتی ہے۔

سوال یہ پیدا ہوتا

ہے کہ رواداری ہے کیا؟

رواداری کو ہم کتنی اقسام

میں تقسیم کر سکتے ہیں؟

مذہبی رواداری کا کیا

تصور ہے اور اسوہ رسول

ﷺ سے ہمیں اس

سلسلہ میں کیا رہنمائی ملتی

ہے؟ لغوی طور پر

رواداری کے معنی جان کر رکھنے کے ہیں،

جبکہ اصطلاح میں رواداری سے مراد یہ ہے کہ ہم ان

باتوں کو بھی جنہیں ہم غلط سمجھتے ہیں دوسروں کا لحاظ کرتے

## رسول اللہ ﷺ کے اسوہ حسنہ

کا

## روادارانہ پہلو

ہوئے برداشت کریں۔

اس اعتبار سے رواداری

کو ہم کم از کم مذہبی،

اخلاقی اور معاشرتی

اقسام میں الگ الگ

کر سکتے ہیں۔

۱۔ مذہبی رواداری:

مذہبی رواداری سے

مراد یہ ہے کہ جن لوگوں

کے عقائد ہمارے عقائد

کے خلاف ہیں، انہیں ہم

برداشت کریں۔ ان کے

جذبات کا خیال کرتے

ہوئے ان پر ایسی تنقید نہ

کریں جو ان کے لیے

تکلیف دہ ہو اور انہیں ان

کے عقائد سے پھیرنے یا

ان پر عمل کرنے سے

روکنے کے لیے ان پر زبر

کیا جا رہا ہے۔ اس جھوٹے تصور اور مفروضہ خیال کے

ذمہ دار موجودہ دور کے مسلمانوں کے اعمال ہیں۔

پروفیسر ڈاکٹر عبدالرشید

۲۔ اخلاقی رواداری:

اخلاقی اعتبار سے رواداری کا مظاہرہ نہایت اہم

باتوں کو بھی جنہیں ہم غلط سمجھتے ہیں دوسروں کا لحاظ کرتے

فروری ۲۰۱۲ء

پروفیسر ڈاکٹر عبد الرشید، کراچی یونیورسٹی کے شعبہ اسلامک لرننگ کے ڈین رہ چکے ہیں۔ مذہبی موضوعات پر ریڈیو اور ٹی وی پروگرامز میں حصہ لیتے رہے ہیں۔ آپ کے کئی مقالات قومی و عالمی جرناموں میں شائع ہو چکے ہیں۔ اسلام، سیرت اور تصوف پر آپ کی کئی تصانیف ہیں۔ جن میں ادیان و مذاہب کا تقابلی جائزہ، الہادی، اسلامی تصوف اور صوفیائے سرحد، اسوہ رسول ﷺ اور ہماری زندگی قابل ذکر ہیں۔

پرجبور کریں گے کہ وہ مسلمان ہو جائیں۔ جب اللہ تعالیٰ کے رسول کے لیے یہ حکم ہے تو ہم کون ہوتے ہیں دین کے بارے میں زبردستی کرنے والے۔

اسلام کی حقیقی تعلیمات یہی ہیں کہ دین کے بارے میں جبر و تشدد کی قطعاً اجازت نہیں۔ تبلیغ اسلام ضروری ہے۔ لیکن کس انداز سے، آیت قرآنی راہنمائی کرتی ہے: ترجمہ: آپ حکمت اور عمدہ نصیحتوں کے ذریعہ (لوگوں کو) اللہ کی طرف بلائے اور ان سے اچھے طریقے سے بحث کیجئے۔

حقیقت یہ ہے کہ یہ اسلام کی مذہبی رواداری ہی ہے کہ اس کی اشاعت کے بارے میں حکمت، موعظت اور بحث و مباحثہ کی تاکید کی گئی ہے۔ آج بھی ہم مذہبی رواداری کو اپنا کراہت اسلام کے بارے میں غیر مسلموں کے تمام خدشات دور کر سکتے ہیں اور یقیناً اس کے بہتر نتائج برآمد ہوں گے۔



حلال روزی حاصل کرنا فرض ہے۔ (مشکوٰۃ)

ارشاد ہوا:

دو نمیں چار مہینے کی مہلت دی جاتی ہے۔

۳۔ عبد اللہ بن ابی ریحس المتافقین غزوہ احد میں تین سو آدمیوں کے ساتھ واپس چلا آیا۔ حضور ﷺ کی ذات باریکات کے لیے مسائل پیدا کرنے میں سب سے آگے تھا لیکن جب اس نے وفات پائی۔ تو آپ ﷺ نے اپنی تہیض کا کفن اسے پہنوا یا اور اس کی بخشش کی دعا کی۔

۵۔ انسانی نفسیات کی تاریخ میں مذہبی رواداری کے حوالہ سے درج ذیل واقعہ اپنی نوعیت کا انوکھا واقعہ ہے۔ ایک بار ایک عرب دیہاتی (بدو) نے مسجد نبوی میں پیشاب کر دیا۔ صحابہ کرام اسے مارنے کے لیے دوڑے۔ آپ ﷺ نے فرمایا:

اسے کچھ مت کہو۔

نری سے آپ ﷺ نے اسے فرمایا:

یہ جگہ خدا کی عبادت کے لیے ہے یہاں پیشاب، اور دوسری گندگی نہیں ہونی چاہیئے۔

۶۔ عیسائیوں کا ایک وفد حجران سے مدینہ منورہ حاضر ہوا حضور ﷺ نے ان کی مہمان نوازی فرمائی۔

ناصر صرف مسجد نبوی میں ان کو جگہ دی بلکہ ان کو ان کے اپنے طریقے پر مسجد نبوی میں عبادت کی بھی اجازت دی۔

اسوہ حسنہ کے مذکورہ روادارانہ واقعات پر غور کرنے سے معلوم ہوتا ہے کہ ہمارا فرض تو یقیناً یہ ہے کہ دین حق کی دعوت دوسروں تک پہنچانی جائے لیکن کسی کو مجبور کرنے کی قطعی اجازت نہیں۔

قرآن کے اس فرمان پر غور کیجئے۔

ترجمہ: اگر آپ کا رب چاہتا تو جتنے لوگ زمین میں ہیں سب کے سب ایمان لے آئیں۔ کیا لوگوں کو اس بات

ہمارا عمل کیا ہے۔

۱۔ حضرت اسامہ بن زید سے روایت ہے کہ رسول اکرم ﷺ نے ہمیں ایک چھوٹے لشکر میں حرقات (چند قبیلوں کا نام ہے) کی طرف روانہ کیا۔ انہوں نے ہماری خبر سن لی اور بھاگ گئے۔ ایک آدمی کو ان میں سے ہم نے پکڑ لیا تو وہ "لا الہ الا اللہ" کہنے لگا مگر ہم نے اسے مارا کہ قتل کر ڈالا۔ یہ واقعہ میں نے حضور ﷺ کی خدمت میں بیان کیا۔ آپ ﷺ نے فرمایا:

روز قیامت کلمہ گو کے مد مقابل تیری مدد کون کرے گا؟

میں نے عرض کیا یا رسول اللہ ﷺ اس نے اسلحہ کے ڈر سے کلمہ پڑھا تھا۔

حضور ﷺ نے فرمایا: کیا تو نے اس کا دل چیر کر یقین حاصل کیا تھا کہ اس نے اسلحہ کے ڈر سے مارے کلمہ پڑھا تھا؟ حضور ﷺ مسلسل یہی فرماتے رہے کہ روز قیامت ایک کلمہ گو کے مد مقابل کون تیری مدد کرے گا؟

۳۔ صفوان بن امیہ اعیان قریش میں سے تھے۔ اس نے عمیر بن وہب کو انعام کے وعدہ پر حضور ﷺ کے قتل پر مامور کیا۔ جب مکہ فتح ہوا تو ڈر سے جدہ بھاگ گئے۔ عمیر بن وہب نے حضور ﷺ کی خدمت میں عرض کیا کہ صفوان قبیلہ کے رئیس ہیں اور ڈر کے بارے اپنے آپ کو سمندر میں ڈال دیں گے۔ ارشاد ہوا:

اسے اتان ہے..... اور نشانی کے طور پر اپنا عمامہ اسے دے دیا۔ جب صفوان نے حضور ﷺ سے عرض کیا کہ آپ نے ایمان دے دی ہے اور یہ سچ ہے؟ حضور ﷺ نے فرمایا: یہ سچ ہے.... صفوان نے کہا مجھے دو مہینے کی مہلت دیجئے۔

ہمیں معلوم ہے کہ کسی ایک چیز کے بارے میں تمام انسانوں کی ایک رائے نہیں ہو سکتی اور مختلف وجہ کی بنا پر تمام انسان کسی ایک نقطہ نظر پر متحد نہیں ہو سکتے، اس لیے انسانوں کی طبیعتوں کے اختلاف کو مد نظر رکھتے ہوئے ایک دوسرے کا احترام کرنا ہمارا اخلاقی فرض بن جاتا ہے اور ہمارا اس قسم کا رویہ اعلیٰ اخلاقی اقدار کا مظاہرہ ہو گا۔

۳۔ معاشرتی رواداری:

بلاشبہ انسان ایک سماجی وجود ہے۔ یہاں میں نے جان بوجھ کر Social Animal کا لفظ استعمال نہیں کیا کہ انسان کو حیوان کہنا بھی رواداری کے خلاف ہے۔ ایک انسان کی معاشرتی زندگی کے ساتھ دوسرے انسان بھی وابستہ ہوتے ہیں اور یہی وابستگی معاشرتی زندگی کو جنم دیتی ہے۔

ایک معاشرتی زندگی جس کلچر کو پروان چڑھاتی ہے اس کی ترقی کے لیے ضروری ہے کہ افراد معاشرہ کے مابین محبت و اخلاص، خوش معاملگی، عدل و احسان اور اس طرح کے دیگر اخلاق فاضلہ کا مظاہرہ ضروری ہے۔

معاشرتی زندگی میں ہر لمحہ ان کی ضرورت محسوس ہوتی ہے۔ صرف ایک معاشرے کے افراد ہی نہیں بلکہ ایک قوم دوسری قوم اور ملک دوسرے ملک سے معاملات کرنے پر مجبور ہے۔ اگر ایسے مواقع پر رواداری سے کام نہ لیا جائے تو انسانی تہذیب و تمدن ترقی نہیں کر سکتی۔

سیرت طیبہ ﷺ میں رواداری کا عملی مظاہرہ:

حضور ﷺ کی سیرت طیبہ میں رواداری کا عملی مظاہرہ نہایت نمایاں ہے رواداری کے حوالہ سے اسوہ حسنہ سے چند واقعات پیش کیے جا رہے ہیں تاکہ ہم اندازہ کر سکیں کہ رحمت عالم ﷺ کا کیا فرمان ہے اور

حسد سے بچو کیونکہ حسد عیبوں کو ایسے کھاتا ہے جیسے آگ کٹڑی کو۔ (ابی داؤد)

تعبیر خواب کے موضوع پر حضرت یوسف علیہ السلام اور حضرت دانیال علیہ السلام کا ذکر کثرت سے ملتا ہے۔ ان برگزیدہ انبیاء کی بعثت سے بہت پہلے ابو الانبیاء حضرت ابراہیم علیہ السلام نے بھی ایک خواب دیکھا تھا، لیکن

ہو گئی۔ خدا نے بدلے ہوئے حالات اور ان کے تقاضوں کے مطابق ہر دور میں انبیاء اور رسول بھیجے اور ان رسولوں

## علم نبوت کا چھیا لیسواں حصہ

# خواب

حضرت ابراہیم علیہ السلام نے اس خواب کی کوئی تعبیر کرنے کی بجائے اس پر من و عن عمل کیا۔ دنیا کی آبادی کے بڑھنے عملی اور معاشرتی ترقی کے بعد لوگوں کے علم اور ضرورتوں میں اضافہ کے پیش نظر خوابوں کی ماہیت بھی تبدیل

نے انسانیت کو سنوارنے اور اچھی زندگی گزارنے کے طریقے سکھائے۔ ہر رسول کے پاس پیغمبرانہ مراتب کے علاوہ کسی نہ کسی علم میں بھی کوئی نہ کوئی تخصیص ضرور ہوتی تھی۔ حضرت یوسف علیہ السلام کو بادشاہت کے ساتھ تعبیر خواب کا مکمل علم عطا ہوا۔ بلکہ ان چیزوں کے ملنے سے

## خواب غیب کا دروازہ

خواب کے دنیا محض خیالات نہیں ہیں بلکہ اس کے اندر اسرار پنہاں ہیں۔ ہم بہت سے خواب اے بھی دیکھتے ہیں جن کا تاثر بہت گہرا ہوتا ہے یا پھر بہت سے لوگوں نے اپنی زندگی میں کبھی نہ کبھی ایسا خواب بھی ضرور دیکھا ہوگا جو کچھ عرصے بعد بیداری میں من و عن پورا ہو گیا ہو۔ خواب اور اس کے حقیقت کے بارے میں ہمیں تعلیمات نبوی ﷺ سے بھی بہت رہنمائی ملتی ہے۔۔۔



# سلا لہ اقبال

Prime Lace

Industries (PVT.) Ltd.

(Manufacturer & Exporter of Embroidery Fabrics & Lace)

S.I.T.E. , Hyderabad

Phone No: (022)- 3880407

Fax No : (022)- 3880381

اللہ کے نبی حضرت یعقوب علیہ السلام نے ان کو مطلع کر دیا تھا کہ وہ عنقریب نبوت بھی پائیں گے اور تعبیر خواب کے علم میں بھی شہرت دوام میسر ہوگی۔ تاریخ سے اس امر کی کوئی سند میسر نہیں کہ حضرت یوسف علیہ السلام نے تعبیر خواب کا علم آگے لوگوں کو بھی سکھایا جبکہ اللہ کے آخری نبی اور پیغمبر حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کو جو علم عطا ہوئے، آپ ﷺ نے اپنے صحابہ اکرامؓ کو وہ علوم بڑی محنت اور کاوش سے سکھائے اور یہی وہ باعث تھا جس کی وجہ سے مسلمانوں نے حکمت، فلسفہ اور مشاہداتی علوم میں بھی ایسا بھانے دوام حاصل کیا کہ ان کو آج بھی فراموش نہیں کیا جاسکتا۔

حدیث شریف کے الفاظ کے مطابق سچے خواب نبوت کے اجزاء میں سے ایک جزء ہیں۔ اس بارے میں علماء ایک حدیث بھی بیان کرتے ہیں جس کے راوی حضرت انس بن مالکؓ ہیں، کہتے ہیں کہ، رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ:

نیک شخص کا اچھا خواب نبوت کے چھالیس اجزاء میں سے ایک جزء ہے۔ (بخاری۔ کتاب التعمیر)

صحیح مسلم میں حضرت ابو ہریرہؓ سے روایت ہے کہ رسول اکرم ﷺ نے فرمایا:

جب قیامت کا زمانہ قریب ہوگا تو مسلمانوں کے خواب جھوٹے نہیں ہوں گے، سچے خواب دیکھنے والا جگہ ہوگا، اور مسلمانوں کا خواب نبوت کے پینتالیس اجزاء میں سے ایک ہے۔ (مسلم۔ کتاب الرذی)

اجزاء کی تعداد کے بارے میں کئی احادیث منقول ہیں، اس بارے میں فتح الباری میں حافظ ابن حجرؒ نے لکھا ہے کہ ہم نے اس بارے میں دس قسم کی روایات حاصل

کی ہیں ان میں کم از کم اجزاء کی تعداد چھتیس (26) اور زیادہ سے زیادہ تعداد (76) لکھی ہے۔

### خوابوں کی اقسام:

حضرت ابو ہریرہؓ نے اپنی عمر کا بیشتر حصہ دو رسالت پر علم سیکھنے میں گزار دیا۔ انہوں نے تعبیر خواب کا علم اپنے شاگرد محمد بن سیرینؒ کو سکھایا۔ وہ اپنے استاد گرامی سے روایت کرتے ہیں، رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

خواب تین طرح کے ہوتے ہیں۔ ایک تو نفسیاتی خیالات کے دوسرے شیطان کا ڈر ادا اور تیسرے اللہ کی طرف سے خوشخبری۔ (بخاری)

حضرت انس بن مالکؓ روایت کرتے ہیں کہ نبی کریم ﷺ نے فرمایا:

میرے بعد رسالت اور نبوت ختم ہو جائے گی۔

یہ بات لوگوں کو بڑی شاق گزری، تو آپ ﷺ نے فرمایا:

لیکن مبشرات باقی ہیں۔

لوگوں نے پوچھا مبشرات کیا ہیں؟ تو ارشاد ہوا:

یہ مسلمان کا خواب ہے جو کہ نبوت کے حصوں میں سے ہے۔ (جامع ترمذی)

حضور نبی کریم ﷺ ہر روز صبح کی نماز کے بعد صحابہ کرامؓ کے خواب سنتے اور ان کی تعبیر بیان فرماتے۔ اس سے صحابہ کرامؓ نے آہستہ آہستہ تعبیر خواب کا پورا علم رسول اللہ ﷺ سے سیکھ لیا۔ آپ ﷺ کا تعلیمی اسلوب یہ تھا کہ پہلے آپ ﷺ اپنے خواب سناتے تھے، پھر لوگوں کے خواب سنتے اور ان کے حل کرنے کا اصول بیان فرماتے۔ مگر وہ خواب جن میں صرف ذہنی خلفشار کا اظہار تھا ان کو شیطان کی شرارت قرار دے دیا جاتا تھا۔

### رسول کریم ﷺ کے خواب:

حضرت ابو ہریرہؓ بیان کرتے ہیں کہ میں نے رسول اللہ ﷺ کو سنا کہ آپ ﷺ ارشاد فرماتے ہیں:

مجھ کو ایسی باتیں دی گئی ہیں جن کے الفاظ تھوڑے اور معنی بہت ہیں اور میرا رب دشمنوں پر ڈال کر میری مدد کی گئی۔

پھر فرمایا ایک مرتبہ میں سو رہا تھا کہ زمین کے خزانوں کی کنجیاں لا کر میرے ہاتھوں میں دے دی گئیں۔ (بخاری)

اس خواب کی تفسیر میں محدثین نے آپ ﷺ کے جامع الکلام ہونے کی فضیلت کو سامنے رکھا ہے۔ یہ تو اس خواب کی فوری تفسیر تھی۔ لیکن امام محمد بن سیرینؒ اور ان کے استاد ابو ہریرہؓ کے علم تعبیر کی رو سے خواب میں بہت سی کنجیاں ملنے سے مراد حکومت اور بادشاہت ملنے کی خوشخبری ہے۔

تعبیر خواب کے ان اصولوں کی روشنی میں جب حضور نبی کریم ﷺ کا یہ خواب دیکھا جائے تو اس کی ایک ہی تعبیر ہے کہ آپ ﷺ کو دنیا کی حکومت ملے گی۔ اس تعبیر کی روشنی میں آپ ﷺ کے خواب کو دیکھیں تو آپ ﷺ کے وصال کے وقت آپ ﷺ کے زیر نگین علاقہ کا رقبہ دس لاکھ مربع میل تھا۔ جبکہ رسول پاک ﷺ کے خلفاء راشدین کے عہد تک اسلامی سلطنت ہندوستان سے افریقہ تک پھیل چکی تھی اور پھر اس کی وسعت میں اضافہ ہوتا چلا گیا۔

ایک خواب کا ذکر صحیح بخاری اور مسلم میں حضرت انس بن مالکؓ سے منقول ہے:

رسول اکرم ﷺ، حضرت ام حرامؓ بنت ثمان (جو کہ حضرت عبادہ بن صامتؓ کی اہلیہ تھیں) کے گھر تشریف لے گئے اور وہاں کھانا کھا کر سو گئے، اس کے بعد

آپ ﷺ بیدار ہوئے تو ہنس رہے تھے۔ ام حرامؓ نے پوچھا کہ آپ کیوں ہنس رہے ہیں؟...؟

آپ ﷺ نے فرمایا:

مجھے خواب میں دکھایا گیا کہ میری امت کے کچھ لوگ اس سمندر کے (بحر) (یا سمندر کی پٹی) پر بادشاہوں کی طرح سواری کر رہے ہیں اور یہ جہاد فی سبیل اللہ کے لیے نکلے ہیں۔

یہ سن کر حضرت ام حرامؓ نے عرض کیا کہ یا رسول اللہ ﷺ! دعا فرمائیں کہ اللہ مجھے ان میں شامل کر دے۔

چنانچہ آپ ﷺ نے دعا فرمائی۔ اس کے بعد آپ ﷺ دوبارہ سو گئے اور پھر ہنستے ہوئے بیدار ہوئے اور ام حرامؓ نے پوچھا کہ آپ کیوں ہنس رہے ہیں؟...؟

تو فرمایا: ام حرامؓ تم اولین میں سے ہوگی۔

چنانچہ ام حرامؓ حضرت معاویہؓ کے دور خلافت میں غزوہ قہر میں سمندری جہاد پر اپنے شوہر کے ہمراہ روانہ ہوئیں اور سمندر سے خشکی پر آنے کے بعد سواری سے گر کر شہید ہو گئیں۔ (بخاری۔ مسلم)

ایک مرتبہ نبی کریم ﷺ نے حضرت عائشہؓ سے مخاطب ہو کر فرمایا: میں نے تمہیں تین رات خواب میں دیکھا، میرے پاس فرشتہ تمہیں ایک ریشمی رومل میں لے کر آتا ہوا کہتا ہے کہ یہ آپ ﷺ کی زوجہ ہیں۔ میں نے تمہارا چہرہ لکھا تو تمہارا چہرہ تھا۔ میں نے یہ کہا کہ اگر یہ خواب اللہ کی طرف سے ہے تو وہ اسے پورا کرے گا۔ (مسلم۔ کتاب فضائل الصحاب)

### فتح مبین کی بشارات:

قرآن کریم میں ارشاد باری تعالیٰ ہے کہ:

ترجمہ: بیشک اللہ تعالیٰ نے اپنے رسول کا خواب سچا کر دکھایا کہ تم لوگ یقیناً مسجد حرام میں داغ ہو گے اللہ نے چاہا تو، امن کے ساتھ سر کے بالوں کا حلق کرتے ہوئے،

جس کا کسی شخص پر کوئی حق ہو اور وہ اسے مہلت دے تو اسے ہر دن کے عوض صدقہ کا ثواب ملے گا۔ (مشکوٰۃ)

حلال مال فضول خرچی کا بوجھ نہیں اٹھا سکتا۔ (مشکوٰۃ)

# خطبہ حجۃ الوداع

اللہ تعالیٰ فرماتا ہے کہ اے لوگو! ہم نے تمہیں ایک مرد اور عورت سے پیدا کیا ہے اور تمہارے بہت سے خاندان اور قبیلے اس لیے بنائے ہیں کہ ان سے ایک دوسرے کا تعارف ہو۔ بلاشبہ اللہ کے نزدیک تم سب میں عزت دار وہ ہے جو سب سے زیادہ تقویٰ شعار و پرہیزگار ہو۔ لہذا کسی عربی کو عجمی پر اور عجمی کو عربی پر کوئی فضیلت نہیں۔ اسی طرح کسی کالے کو گورے پر، اور گورے کو کالے پر کوئی فضیلت نہیں۔ بجز تقویٰ کے....

محسن انسانیت، خاتم النبیین والمرسلین حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کا خطبہ حجۃ الوداع ناصرف مسلمانوں بلکہ ساری انسانیت کے لیے ایک آفاقی پیغام ہے.... یہ خطبہ حقوق انسانی کا اولین عالمی منشور ہے۔

حمد و ثناء کے بعد رسول پاک ﷺ نے ارشاد فرمایا: لوگو! بے شک تمہارا رب بھی ایک ہے اور تمہارا باپ بھی ایک ہے۔ سارے انسان آدم کی اولاد ہیں اور آدم مٹی سے بنائے گئے تھے۔ دوسرے حج کی نوبت نہ آئے۔

پہلے رحمت پر وہ مقام جہاں سے حضرت محمد رسول اللہ ﷺ نے اپنی آخری خطبہ ارشاد فرمایا۔



اور قصر، تمہیں کوئی خوف نہیں ہوگا اور وہ ان باتوں کو جانتا ہے جنہیں تم نہیں جانتے۔ پس اس نے اس کے علاوہ ایک نزدیک فتح مقدر کر دی۔ (سورہ الفتح: 27)

حضور نبی کریم ﷺ نے خواب میں دیکھا کہ آپ ﷺ اور صحابہ کرام بیت اللہ شریف لے گئے ہیں اور اس کا طواف کر رہے ہیں۔ یہ صلح حدیبیہ سے پہلے کا واقعہ ہے چنانچہ آپ عمرے کے لیے روانہ ہوئے۔ حدیبیہ کے مقام پر مشرکین نے آپ ﷺ کو روک دیا۔ اس مقام پر جو صلح کا معاہدہ ہوا اسے ”صلح حدیبیہ“ کہا جاتا ہے۔ اس معاہدے میں طے پایا کہ رسول اللہ ﷺ اور صحابہ کرام اگلے سال عمرے کے لیے آئیں گے۔ حضور نبی کریم ﷺ نے شرائط منظور فرمائیں۔ اور پھر رسول پاک ﷺ کا خواب سچا ہو گیا۔ آپ ﷺ اور صحابہ کرام نے امن کے ساتھ اگلے سال عمرہ ادا فرمایا۔ (تفسیر طبری)

## عظیہ کی ہوم ڈیوری اسکیم

عظیہ کی مصنوعات مثلاً وزن کم کرنے کے لیے مہزلین ہربل ٹیبلٹ، سن ریز ہربل شیمپو، شہد، بالوں کے لیے ہربل آئل، رنگ گورا کرنے والی ہربل کریم شین سم اور دیگر مصنوعات کراچی میں ہوم ڈیوری اسکیم کے تحت گھر بیٹھے حاصل کی جاسکتی ہیں۔

مطلوبہ اشیاء منگوانے کے لیے اس نمبر پر رابطہ کیجیے:

021-36604127

اس خواب کی سچائی کو قرآن نے یوں بیان کیا ہے:  
ترجمہ: تحقیق! اللہ تعالیٰ نے اپنے رسول کا خواب سچا کر دکھایا (سورہ الفتح)

حضور نبی کریم ﷺ نے خواب کو خصوصی اہمیت دی ہے۔ آپ ﷺ روزانہ صحابہ اور صحابیات کے خواب سن کر اس کی تعبیر دیا کرتے تھے۔ جس سے ثابت ہوتا ہے کہ خواب کا تعلق درحقیقت انسان کے ماورائی حواس اور مستقبل یا غیبی نبی کی صلاحیتوں سے بھی بہت گہرا ہے۔ مستند کتابوں میں درج ہے کہ پہلی وحی نازل ہونے سے پہلے تقریباً چھ ماہ کے عرصے میں نبی کریم ﷺ کو سچے خواب دکھائی دیتے تھے۔ آپ ﷺ جو بھی خواب دیکھتے وہ من و عن اسی طرح پورا ہو جاتا۔ خواب الہام، القاء یا مستقبل نبی کا ذریعہ ثابت ہوتا

جیسے تم ہو گے ویسے ہی تم پر امیر (حکمران) مسلط ہوں گے۔ (مشکوٰۃ)

اسے قبیحہ قریش! ایسا نہ ہو کہ قیامت میں تم دنیا کا بوجھ سمیٹ کر اپنی گردنوں پر لا دے ہوئے آؤ اور دوسرے لوگ آخرت کا سامن لائیں۔ اگر ایسا کیا تو میں تمہیں اللہ کے عذاب سے نہ بچا سکوں گا۔

اے لوگو! تمہاری جائیں اور تمہارے مال ایک دوسرے کے لیے قیامت تک ایسے ہی قابل احترام ہیں.... جیسے کہ اس دن اور اس مہینے (ذی الحجہ) کا احترام اس شہر میں ہے۔

اور یقیناً تم سب عنقریب اپنے رب سے ملو گے تو تمہارا رب تم سے تمہارے اعمال کی باز پرس کرے گا اور میں نے یہ بات تمہیں پہنچا دی ہے تو جس شخص کے پاس کسی کی امانت ہو اس پر لازم ہے کہ وہ امانت والے کو پہنچا دے۔

خبردار! مجرم اپنے جرم کا ذمہ دار خود ہے۔  
خبردار! باپ کے جرم کا ذمہ دار بیٹا نہیں اور بیٹے کے جرم کا جو ابدہ باپ نہیں۔

اگر کوئی حبشی غلام بھی تمہارے اوپر امیر مقرر کر دیا جائے اور وہ تمہیں اللہ کی کتاب کے مطابق لے چلے تو تم اس کی اطاعت اور فرمانبرداری کرو۔

اے بنی آدم! اللہ نے ہر حقدار کا حق رکھا ہے اور اللہ تعالیٰ نے ہر وارث کے لیے میراث کا حصہ مقرر فرما دیا ہے۔ چنانچہ اب کسی وارث کے لیے کوئی وصیت نہیں۔

(یعنی اب کوئی شخص اپنے وارث کے لیے میراث کے معاملہ میں کوئی وصیت نہ کرے، ورنہ ان کو ان کے مقررہ حصہ شرعی کے مطابق حصہ ملے گا)۔  
اور (کسی شخص کے لیے کسی غیر وارث کے حق میں)

اپنے تہائی مال کی مقدار سے زائد کی وصیت جائز نہیں۔

لوگو! آج کونسا دن ہے....؟

تمام حاضرین نے جواب دیا، یوم محترم!

پھر رسول اللہ ﷺ نے دریافت فرمایا:

یہ کونسا شہر ہے....؟

سب نے کہا.... بلد محترم!

حضور نبی کریم ﷺ نے دریافت فرمایا:

یہ کونسا مہینہ ہے....؟

سب نے کہا شہر محترم ہے....

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

بلاشبہ تمہارے خون اور تمہارے مال، تمہاری عزتیں باہم ایک دوسرے کے لیے قابل احترام ہیں اس وقت تک جب تک کہ تم اپنے رب سے نہ جا ملو....

یہ اسی طرح محترم ہیں جس طرح تمہارے لیے آج کا دن، تمہارے لیے یہ مہینہ اور تمہارے نزدیک اس شہر کی حرمت ہے۔

بلاشبہ تم عنقریب اپنے رب سے جا ملو گے پھر وہ تم سے تمہارے اعمال کے بارے میں باز پرس کرے گا۔

سنو! میں نے اللہ کا پیغام پہنچا دیا....

(راوی کہتے ہیں کہ) ہم نے جواباً عرض کیا....

جی ہاں پہنچا دیا....!

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: اے اللہ گواہ رہ....

دیکھو، کہیں میرے بعد گواہ نہ ہو جانا کہ تم آپس ہی

میں نکست و خون کرنے لگو، جس شخص کے پاس کسی کی کوئی

امانت ہو، اُسے چاہیے کہ اس کی امانت ادا کرے....

قرض ادا کیا جائے، عاریتاً ہوئی چیز واپس کی جائے، دودھ

کے لیے بدیتا ملی ہوئی اونٹنی دودھ سے استفادہ کے بعد

واپس لوٹائی جائے اور ضامن ضمانت کا ذمہ دار ہے۔

لوگو! بے شک دور جاہلیت کے سارے امتیازات

(فضیلت و برتری کے سارے دعوے) ختم کر دیے گئے

ہیں، جبریت اللہ کی تولیت اور حاجیوں کو پانی پلانے کی

خدمت کے۔ اُس زمانے کے خون و مال کے سارے

مطالبے اور سارے انتقام (قصاص) اب کالعدم ہیں۔

پہلا خون (قصاص) جسے میں معاف کرتا ہوں

(کالعدم قرار دیتا ہوں) وہ میرے اپنے خاندان کا ہے،

ربیعہ بن الحارث کے شیر خوار بیٹے کا خون....

بے شک زمانہ جاہلیت کا سود (ربو) اب ختم کر دیا گیا

ہے، البتہ تمہیں قرض کے اصل سرمائے کی بازیابی کا حق

ہے۔ سب سے پہلا سود جو میں چھوڑتا ہوں وہ میرے چچا

عباس بن عبدالمطلب کو سابقہ واجب الادا سود ہے۔ اب

یہ ختم ہو گیا۔

اے لوگو! تمہاری بیویوں کا تمہارے ذمہ حق ہے

اور تمہارا ان پر حق ہے، لہذا خواتین کے معاملے میں اللہ

سے ڈرو اور ان کے ساتھ اچھا سلوک کرو۔

اے لوگو! نہ میرے بعد کوئی نبی ہے نہ تمہارے

بعد کوئی دوسری امت۔

شیطان کو اب اس بات کی کوئی توقع نہیں رہ گئی ہے

کہ اب اُس کی اس شہر میں عبادت کی جائے گی، لیکن اِس کا

امکان ہے کہ ایسے معاملات میں جنہیں تم کم اہمیت دیتے

ہو، اُس کی بات مان لی جائے اور وہ اسی پر راضی ہے۔ اس

لیے تم اس سے اپنے دین و ایمان کی حفاظت کرنا۔

خبردار! تم اپنے رب کی عبادت کرتے رہو، پانچ

نمازوں کی پابندی کرو اور اپنے ماورِ رمضان کے روزے رکھو

اور اپنے اموال کی زکوٰۃ خوش دلی کے ساتھ ادا کرو اور اللہ

کے گھر کا حج ادا کرو اور اپنے امراء کی اطاعت کرو تو اپنے

رب کی جنت میں داخل ہو جاؤ گے۔

لوگو! میری بات سنو، بلاشبہ میں نے پیغام رسائی

کا فرض ادا کر دیا، اسے سمجھو.... تاکہ تم جان لو کہ ہر

مسلمان دوسرے مسلمان کا بھائی ہے اور تمام مسلمان باہم

بھائی بھائی ہیں، کسی شخص کے لیے اپنے بھائی کا مال حلال

نہیں ہے الا یہ کہ وہ خوش دلی سے اس کو کچھ دے دے۔

خبردار! کسی عورت کے لیے یہ روانہ نہیں ہے کہ وہ

اپنے شوہر کے مال میں سے اس کی اجازت کے بغیر کسی کو

کچھ دیدے.... سنو! کیا میں نے پیغام پہنچا نہیں دیا....؟

اے اللہ گواہ رہ۔

اپنے غلاموں کا خیال رکھو، ہاں غلاموں کا خیال رکھو،

انہیں وہی کھلاؤ جو خود کھاتے ہو۔ ایسا ہی پہناؤ جیسا تم خود

پہنتے ہو۔ میں تم کو آگاہ کرتا ہوں، مسلمان کون ہے....؟

مسلمان وہ ہے کہ جس کی زبان اور ہاتھ سے

دوسرے لوگ محفوظ رہیں....

میں تم کو خبر دیتا ہوں مومن کون ہے....؟

مومن وہ ہے جس سے لوگ اپنی جان و مال کے

معاملے میں مامون رہیں....

اور میں تم کو بتاتا ہوں، مہاجر کون ہے....؟

مہاجر وہ شخص ہے جو اللہ تعالیٰ کی حرام کردہ برائیوں

کو ترک کر دے اور مجاہدہ ہے جس نے اللہ کی اطاعت کی

راہ میں اپنے نفس سے جہاد کیا۔

اللہ تعالیٰ کے ذمہ ڈال کر قسمیں نہ کھاؤ (مثلاً یہ کہ

قسم ہے اللہ کی وہ ضرور فلاں کام کرے گا) اس لیے کہ

جس نے اللہ تعالیٰ کے ذمہ قسم کھائی، اللہ تعالیٰ اس کا

جھوٹ ظاہر کر دے گا۔

بھوکوں کو کھانا کھاؤ، مریض کی عیادت کرو اور قیدی کو قید سے چھڑاؤ۔ (بخاری)

اللہ تعالیٰ نے کوئی بیماری نہیں اتاری جس کے لیے شفا نہ ہو۔ (بخاری)



# خطبت عظمیٰ

جب ہم حضور نبی کریم ﷺ کی

تعلیمات پر غور کرتے ہیں اور قرآن پاک کا مطالعہ کرتے ہیں تو یہ بات واضح طور پر نظر آتی ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے بشری تقاضوں اور روحانی تقاضوں کو وضاحت کے ساتھ بیان کر دیا ہے۔ رسول اللہ ﷺ کی تعلیمات یہ ہیں کہ بشریت فانی و عارضی ہے لیکن بشریت کو قائم رکھنے والی روح عارضی و فانی نہیں ہے۔

حضرت آدم علیہ السلام سے لے کر اب تک انسان زمین پر پیدا ہوئے اور ان کے گوشت پوست کے جسم نابود اور فنا ہو گئے۔ قرآن حکیم ہمیں اس طرف متوجہ کرتا ہے کہ ہمارا گوشت پوست کا جسم حقیقی نہیں۔ اس پر موت وارد ہو جاتی ہے، تو یہ مادی جسم مٹی کے ذرات میں تبدیل ہو جاتا ہے مگر روح برقرار رہتی ہے۔ روح سنی، بولتی اور سمجھتی ہے۔

رسول اللہ ﷺ کا ارشاد ہے کہ جب قبرستان میں جاؤ تو کہو السلام علیکم یا اہل القبور.... قبر والے

ایک روایت کے مطابق رسول اللہ ﷺ سے قبل ایک لاکھ چوبیس ہزار پیغمبر تشریف لائے۔ ہر پیغمبر کی تعلیمات کا خلاصہ اور نچوڑ یہی رہا ہے کہ اللہ وحدہ لا شریک ہے۔ حضرت آدم علیہ السلام سے لے کر اللہ کے آخری نبی حضرت محمد رسول اللہ ﷺ تک تمام انبیائے کرام علیہم السلام نے یہی باتیں ڈھرائی ہیں۔

اللہ تعالیٰ نے حضرت محمد رسول اللہ ﷺ پر دین کی تکمیل فرمادی۔ لہذا اب کسی پیغمبر کے آنے کی ضرورت ہی باقی نہیں رہی، اور رسول اللہ ﷺ کے بعد اب کوئی نبی نہیں آئے گا۔

قرآن پاک میں جہاں نماز، روزہ، حج، زکوٰۃ اور شریعت مطہرہ کے باب میں حقوق العباد کا تذکرہ ہے مثلاً کاروبار کس طرح کیا جائے، پڑوسی کے کیا حقوق ہیں....؟ والدین کے کیا حقوق ہیں....؟ رہن سہن کس طرح ہو اور معاشرت کس طرح ہو....؟ یہی شریعت تمام پیغمبروں نے بیان کی ہے۔ کسی بھی پیغمبر نے جھوٹ بولنے میں کچھ رعایت نہیں دی۔ کسی پیغمبر کی شریعت نے کم تولنے کو کسی بھی طرح جائز قرار نہیں دیا اور نہ ہی یہ کہ قتل و غارت گری کی کسی بھی صورت میں کبھی اجازت دی گئی ہے۔

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا ہے: میں کوئی نئی بات نہیں کہہ رہا ہوں... بلکہ وہی بات کہہ رہا ہوں جو میرے بھائی پیغمبروں نے کہی ہے۔

جب سے ہم لوگوں نے روح کو نظر انداز کر کے جسمانی وجود کو اہمیت دے دی تو اس وقت سے مسلمانوں کا زوال شروع ہو گیا۔

اسلام بشری اور روحانی تقاضوں کی تکمیل کے لیے مکمل رہنمائی دیتا ہے۔

روح کو پہچاننے کے بعد ہی رب کی پہچان کا راستہ ملتا ہے۔

تم فرسودہ جاں پارہ

زبجر آ یا رسول اللہ

عبدالرحمن جامی (817-898ھ) ایک عاشق رسول کی حیثیت سے اولیاء اللہ میں معروف ہیں۔ آپ نے جس والہانہ انداز سے بارگاہ رسالت میں بدینہت پیش کیا ہے فارسی ادب میں اس کی کوئی نظیر نہیں ملتی۔ مدینہ منورہ کی حاضری کے دوران جامی کا بدیہ نعت اُن کے عاشقانہ جذبات کی بے مثال عکاسی کرتا ہے۔ جس عقیدت، محبت اور تڑپ کے ساتھ عشق کے اعلیٰ ترین جذبات کا اظہار کیا گیا ہے وہ بجائے خود فارسی ادب کا ایک درخشنا بابت بن گیا ہے۔ نعتیہ شاعری میں جو مقام جامی نے پایادہ کی دوسرے شاعر کے حصہ میں نہ آسکا۔

تم فرسودہ جاں پارہ زبجر آ یا رسول اللہ  
و لم پڑ درد آوارہ ز عصیاں یا رسول اللہ  
شب و روز از شکلیائی ز حد گشتم تمتائی  
مخلوت سوئے من آئی خراماں یا رسول اللہ  
ز کردہ خویش حیرانم، سیاہ شد روز عیسیانم  
پشیمانم پشیمانم پشیمان یا رسول اللہ  
ز جام حُب تو مستم بہ زنجیر تو دل بستم  
نمیگویم کہ من ہستم سخندان یا رسول اللہ  
چو بازوئے شفاعت را کشائی برگزیدہ گاراں  
مکن محروم جامی رادراں آں یا رسول اللہ  
(عبد الرحمن جامی)

میں تمہارے درمیان ایسی چیز چھوڑے جاتا ہوں کہ تم کبھی گمراہ نہ ہو سکو گے اگر اس پر قائم رہے.... اور وہ اللہ کی کتاب اور میری سنت ہے.... اور ہاں دیکھو، دینی معاملات میں غلو سے بچنا کہ تم سے پہلے کے لوگ انہی باتوں کے سبب ہلاک کر دیے گئے۔

آخر میں حضور ﷺ نے لوگوں کو ہدایت فرمائی:

سنو! جو لوگ یہاں موجود ہیں یہ احکام اور یہ باتیں ان لوگوں کو بتائیں جو یہاں نہیں، ہو سکتا ہے کوئی موجود نہ ہونے والا تم سے زیادہ سمجھے اور محفوظ رکھے والا ہو۔

اس کے بعد رسول اللہ ﷺ نے لوگوں سے پوچھا: اور (لوگو!) تم سے میرے بارے میں (اللہ کے ہاں) سوال کیا جائے گا۔

بتاؤ تم کیا جواب دو گے....؟

لوگوں نے جواب دیا کہ ہم اس بات کی شہادت دیں گے کہ آپ ﷺ نے امانت دین پہنچا دی، آپ ﷺ نے حق رسالت ادا کر دیا اور ہماری خیر خواہی فرمائی۔

یہ سن کر حضور پاک ﷺ نے اپنی آنکھ شہادت آسمان کی جانب اٹھائی اور لوگوں کی طرف اشارہ کرتے ہوئے ارشاد فرمایا:

اے اللہ گواہ رہنا....

اے اللہ گواہ رہنا....

اے اللہ گواہ رہنا....

(بخاری۔ کتاب الحج؛ مسلم۔ کتاب الحج؛ جامع ترمذی؛ سنن ابن ماجہ؛ سنن ابوداؤد؛ مسند احمد؛ معجم الکبیر طبرانی؛ مستدرک حاکم؛ شعب الایمان؛ کنز العمال؛ الخطیب؛ صیرۃ ابن ہشام)



سارے بنی آدم خطاکار ہیں اور خطاکاروں میں سے بہتر وہ ہیں جو توبہ کر لیتے ہیں۔ (ابن ماجہ)



2- دوسرے وجود کا قیام عالم تمثال میں ہے۔

3- تیسرے وجود کا عکس عالم رنگ میں ہے۔

عالم رنگ سے مراد کائنات کے مادی اجسام ہیں جو رنگ کی اجتماعیت ہیں۔

کائنات میں جو کچھ ہے، موجودات میں جتنے اجسام ہیں، ان کی حیثیت نوع ملائکہ کی ہو، نوع جنات کی ہو، نوع انسان کی ہو یا اجرام سماوی کی ہو، سیاروں، ستاروں، چاند اور سورج کی ہو..... سب رنگوں کا مجموعہ ہیں اور یہ رنگ مخصوص حرکات سے وجود میں آتے ہیں۔

محترم دوستو! نمد کے بارے میں مختلف زاویوں سے اپنی معلومات آپ کے گوش گزار کر چکا ہوں۔ مزید

سیکچر نمبر 25

### خلق اور امر:

خلق اور امر کے سلسلہ میں یہ وضاحت ضروری ہے کہ کائنات کی مرکزیت اللہ تعالیٰ کا ذہن ہے۔ ساری کائنات اللہ تعالیٰ کے ذہن میں موجود کائنات کا عکس ہے۔ چنانچہ تمام مخلوق جس طرح اللہ تعالیٰ کے ارادے میں محفوظ تھی، اب بھی اسی طرح محفوظ ہے۔ اللہ تعالیٰ کے ذہن میں موجود کائنات کا عکس مختلف رنگ و روپ اور شکل و صورت میں ظاہر ہو رہا ہے۔ کائنات کا ہر نقش اللہ تعالیٰ کے ذہن سے منعکس ہو رہا ہے، اس عکس کے معین وجود ہیں۔

1- پہلے وجود کا قیام لوح محفوظ میں ہے۔

روح و جسم کے تعلق کو سمجھ کر حقیقی زندگی کا کھوج لگانا، "معاذ" کو سمجھنا کیا ہے، اسلام کی تکمیل ہے۔

ماذی دنیا کو عارضی سمجھے بغیر اسلام کی تکمیل ہی نہیں ہوگی۔ اگر کسی فرد کو موت کے بعد کی زندگی پر یقین حاصل نہیں ہوگا تو وہ جزا سزا، آخرت، جنت و دوزخ، ملائکہ ارضی و سماوی پر کیونکر ایمان لاسکے گا....؟

اسی لیے رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: جس نے اپنی روح کو پہچان لیا اس نے اپنے رب کو پہچان لیا۔

صرف جسم کو پہچاننے سے رب کی پہچان نہیں ہو سکتی، روح کو پہچاننے کے بعد ہی رب کی پہچان کا راستہ ملتا ہے۔

روح سے واقفیت کا طریقہ یہی ہے کہ اللہ اور اللہ کے رسول ﷺ نے ہمارے لیے زندگی گزارنے کے جو طریقے و ضابطے بنا دیے ہیں یعنی احکامات شریعت، ان پر پوری طرح عمل کیا جائے اور ساتھ ساتھ علم باطن یا روحانی علوم کے حصول کے لیے جدوجہد اور کوشش کی جائے۔

آج مسلمانوں میں اور مسلمانوں کے اسلاف میں بنیادی فرق یہ ہے کہ ہمارے اسلاف رسول اللہ ﷺ کی روحانی تعلیمات سے آشنا تھے، وہ اپنی روح سے واقف تھے، ان کے لطائف نور نبوت سے رنگین تھے۔ جب سے ہم لوگوں نے روح کو نظر انداز کر کے جسمانی وجود کو اہمیت دے دی تو اس وقت سے مسلمانوں کا زوال شروع ہو گیا۔

آج بھی مسلمان اپنے اسلاف کے طریقوں پر، صحابہ کرام، تابعین، تبع تابعین، اور اولیاء اللہ کے طریقوں پر عمل کریں اور اپنی روحانی صلاحیتوں کو بیدار کر لیں تو امت مسلمہ ذلت و رسوائی سے نکل کر عروج یافتہ قوم بن جائے گی۔ اللہ تعالیٰ نے قانون بنا دیا ہے کہ جب تک کوئی قوم اپنے اندر تبدیلی نہیں چاہتی تو اللہ تعالیٰ اس قوم کو اس کی حالت پر چھوڑ دیتے ہیں۔

تو اس کی حالت پر چھوڑ دیتے ہیں۔

تمہارے سلام کا جواب دیتے ہیں۔

ایک مرتبہ رسول اللہ ﷺ مکہ جاتے ہوئے بدر کے مقام سے گزرے جہاں غزوہ بدر میں مارے جانے والے مشرکین مکہ کی اجتماعی قبریں بنادی گئی تھیں، اُس جگہ حضور پاک ﷺ نے مشرکین کو مخاطب کر کے فرمایا: بے شک اللہ نے مجھ سے جو وعدہ کیا تھا میں نے اُسے پورا ہوتا ہوا دیکھ لیا۔ کیا اللہ نے تم سے جو وعدہ کیا تھا تم نے اُسے پورا ہوتا دیکھ لیا....؟

صحابہ کرام نے استفسار کیا کہ یا رسول اللہ ﷺ کیا یہ لوگ آپ کی بات سنتے ہیں....؟

حضور پاک ﷺ نے فرمایا یہ تم سے زیادہ سنتے ہیں اور جواب بھی دیتے ہیں، لیکن تم نہیں سن سکتے۔

ان مشرکین کا مادی جسم تو سمٹی میں مل گیا تھا پھر اس ارشاد میں کیا حکمت پوشیدہ ہے....؟

اس کا واضح مطلب یہ ہے کہ ان مقنولین کی ارواح سن رہی تھیں۔ انسان کا مٹی کا جسم ہوتا ہے۔ انسان کی روح نہیں مرنی۔ روح عالم ارواح سے آتی ہے۔ یہاں ماذی جسم کا لباس تیار کرتی ہے، قانون کے مطابق جب وقت پورا ہو جاتا ہے تو اس لباس کو چھوڑ دیتی ہے پھر لباس یعنی ماذی جسم کے ساتھ روح نکل جانے کے بعد جو معاملہ ہوتا ہے، وہ سب جانتے ہیں۔

رسول اللہ ﷺ کے ہر اہتی پر یہ ذمہ داری عائد ہوتی ہے، بلکہ یہ اس پر فرض ہے کہ وہ یہ جانتا ہو کہ ماذی جسم عارضی ہے اور اس ماذی جسم کو چھلانے والا اصل میڈیم روح ہے۔ اللہ تعالیٰ قرآن پاک میں ارشاد فرماتے ہیں:

ہم نے محمد ﷺ پر دین کی تکمیل کر دی۔

دین سے مراد بشری اور روحانی تقاضوں کی تکمیل ہے۔ ماذی جسم اور ماذی دنیا کی اسی عارضی حیثیت کو جان کر اصل روح سے واقفیت حاصل کرنا دین کی تکمیل ہے۔

رسول اللہ ﷺ کے ہر اہتی پر یہ ذمہ داری عائد ہوتی ہے، بلکہ یہ اس پر فرض ہے کہ وہ یہ جانتا ہو کہ ماذی جسم عارضی ہے اور اس ماذی جسم کو چھلانے والا اصل میڈیم روح ہے۔ اللہ تعالیٰ قرآن پاک میں ارشاد فرماتے ہیں:

ہم نے محمد ﷺ پر دین کی تکمیل کر دی۔

دین سے مراد بشری اور روحانی تقاضوں کی تکمیل ہے۔ ماذی جسم اور ماذی دنیا کی اسی عارضی حیثیت کو جان کر اصل روح سے واقفیت حاصل کرنا دین کی تکمیل ہے۔

رسول اللہ ﷺ کے ہر اہتی پر یہ ذمہ داری عائد ہوتی ہے، بلکہ یہ اس پر فرض ہے کہ وہ یہ جانتا ہو کہ ماذی جسم عارضی ہے اور اس ماذی جسم کو چھلانے والا اصل میڈیم روح ہے۔ اللہ تعالیٰ قرآن پاک میں ارشاد فرماتے ہیں:

ہم نے محمد ﷺ پر دین کی تکمیل کر دی۔

دین سے مراد بشری اور روحانی تقاضوں کی تکمیل ہے۔ ماذی جسم اور ماذی دنیا کی اسی عارضی حیثیت کو جان کر اصل روح سے واقفیت حاصل کرنا دین کی تکمیل ہے۔

رسول اللہ ﷺ

کا ارشاد ہے:

ملزم کو چھوڑ دینے میں غلطی کر جانا اس سے بہتر ہے کہ وہ سزا دینے میں کسی بے گناہ کو

نشانہ بنا ڈالے۔ (ترمذی)

مراقبہ ہال سیالکوٹ (برائے خواتین)

نگر (A): طاہرہ شمیم

محلہ محمد پورہ، شہباز کالونی، نزد آغا خان قبرستان،

سیالکوٹ پوسٹ کوڈ 51310

فون: 0322-7414780

تک منتشر کر دیا جائے تو محض رنگوں کی جدا گانہ شعاعیں باقی رہ جائیں گی۔ اگر بہت سے رنگ لے کر پانی میں تحلیل کر دیے جائیں تو ایک خاکی مرکب بن جائے گا، جس کو ہم مٹی کہتے ہیں۔

یہ بات عام مشاہدے میں ہے کہ زمین ایک ہے، خاکی مرکب ایک ہے، اس خاکی مرکب زمین میں مختلف پھل پھول اگتے ہیں۔ لیکن ساتھ ہی ساتھ ہر درخت کی شکل و صورت، ہر درخت کا رنگ، پھولوں اور پھلوں کا رنگ مختلف اور ذائقے الگ الگ ہوتے ہیں۔

جب ہم کسی درخت کو یا گھاس کو زمین میں بوتے ہیں تو بے شمار رنگوں کے تحلیل شدہ مرکب (مادہ) درخت کی جڑ کو پکڑ لیتے ہیں اور پانی کی مدد سے مٹی کے ذرات رنگوں میں تبدیل ہو کر درختوں کے اندر خون بن کر دوڑتے ہیں۔ ذرات کی یہ شکست و ریخت ہی نوع کو الگ الگ رنگ منتقل کرتی ہے۔ جس طرح رنگ درخت میں ڈور کرتے ہیں اسی مناسبت سے پتیوں پھولوں پھلوں میں رنگ نمایاں ہو جاتے ہیں۔ جس طرح گھاس پودے درخت اور پھول میں رنگ نمایاں ہو کر مظہر بنتے ہیں، اسی طرح مخلوقات کی زندگی اس کیمیائی عمل پر قائم ہے۔ نسمہ کی حرکت داخل کی زندگی سے خارج تک عمل کرتی ہے اور خارج کی زندگی کو مظہر بناتی ہے۔ اصول یہ بنا کہ ہر شکل و صورت دراصل رنگوں کی اجتماعیت ہے اور یہ رنگ نسمہ کی وہ حرکت ہے جو طوالت میں سفر کرتی ہے۔



قرآن حکیم کی مقدس آیات و احادیث نبوی آپ کی روحانی اور علمی معلومات میں اضافے اور تبلیغ کے لئے شائع کی جاتی ہیں۔ ان کا احترام آپ پر فرض ہے۔

تشریح یہ ہے کہ نسمہ کی ہر حرکت ایک رنگ ہے۔ مثلاً اگر نسمہ کی طوالت حرکت کا ”الف“ عددی مجموعہ گلاب کے لیے مخصوص ہے تو اس مجموعے سے ہمیشہ گلاب ہی وجود میں آئے گا، کوئی اور شے وجود میں نہیں آئے گی۔ اگر آدمی کی تخلیق رنگوں کے ”جیم“ تعداد سے ہوتی ہے تو اس طوالت حرکت سے دوسرا کوئی حیوان نہیں بنے گا، صرف نوع انسان کے افراد ہی وجود میں آئیں گے۔ اسی طرح اگر ملائکہ کی نوع کے افراد کا مجموعہ ”دال“ ہے تو اس عدد کے مجموعے سے ہمیشہ فرشتوں ہی کی تخلیق ہوگی۔

ہر نور کے لیے الگ الگ رنگ معین ہیں۔ یہ معین رنگ جس طرح طوالت میں حرکت کرتے ہیں، اسی مناسبت سے نوع میں لامتناہی افراد تخلیق ہوتے رہتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں:

فَطَوَّرَ اللَّهُ الْبَرِّيَّ فَطَوَّرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لِتُبَدَّلَ لِفِطْرَتِ اللَّهِ تَرَجِمَ: خدا کی فطرت کو جس پر اس نے لوگوں کو پیدا کیا ہے (اختیار کیے رہو) خدا کی بنائی ہوئی (فطرت) میں تغیر و تبدل نہیں ہو سکتا۔ (سورہ روم۔ آیت 30)

فطرت سے مراد نسمہ کی حرکت کا طول، رفتار اور جہوم ہے۔ نسمہ کی حرکت کا طول ہی کائنات میں رنگ بن کر تخلیقی عوامل پورے کرتا ہے۔ عالم رنگ میں جتنی اشیاء پائی جاتی ہیں، وہ سب رنگین روشنیوں کا مجموعہ ہیں۔ ان ہی رنگوں کے جہوم سے مادی اشیاء وجود میں آتی ہیں۔

اگر مادے کی شکست و ریخت کر کے انتہائی قدروں

# کیفیات مراقبہ

ترقی یافتہ ممالک میں مراقبے کے موضوع پر سائنسی بنیادوں پر تحقیق کا مشہور روز جاری ہے۔ جدید سائنسی آلات سے اخذ کیے جانے والے نتائج سے یہ ثابت ہوا ہے کہ مراقبے سے انسان کو بہتر جہت فواید حاصل ہو سکتے ہیں۔ ان تحقیقی نتائج کے پیش نظر مغرب میں تو مراقبہ کو ایک ٹیکنالوجی کی حیثیت دے دی گئی ہے۔ ان تحقیقات سے یہ بات بھی سامنے آئی ہے کہ مراقبے سے ہماری عام زندگی پر بھی کئی طرح کے خوشگوار اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ مراقبے کے ذریعے کئی جسمانی اور نفسیاتی بیماریوں سے نجات مل سکتی ہے، کارکردگی اور یادداشت میں اضافہ ہوتا ہے اور ذہنی صلاحیتوں کو جلا ملتی ہے۔

ماضی میں مشرق کے اہل روحانیت نے ماورائی علوم کے حصول میں مراقبے کے ذریعے کامیابیاں حاصل کیں۔

ان صفحات پر ہم مراقبے کے ذریعہ حاصل ہونے والے مفید اثرات مثلاً ذہنی سکون، پرسکون نیند، بیماریوں کے خلاف قوت مدافعت میں اضافہ وغیرہ کے ساتھ روحانی تربیت کے حوالے سے مراقبے کے فوائد بھی قارئین کی خدمت میں پیش کرتے ہیں۔ اگر آپ نے مراقبے کے ذریعے اپنی شخصیت اور ذہنی کیفیت میں مثبت تبدیلی محسوس کی ہے تو صفحات کے ایک طرف تحریر کر کے روحانی ڈائجسٹ کے ایڈریس پر اپنے نام اور مکمل پتے کے ساتھ ارسال کر دیجیے۔ آپ کی ارسال کردہ کیفیات اس کالم میں شائع ہو سکتی ہیں۔

کیفیات مراقبہ۔

روحانی ڈائجسٹ 177، D-1 ناظم آباد، کراچی 74600

مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ

فَقَدْ عَرَفَ رَبَّهُ

جس نے اپنے نفس کو پہچانا

اس نے اپنے رب کو پہچانا

(مسند فردوس، کشف الخفاء)

Haji Jawed Azeemi

Incharge

Muraqba Hall Holland

The Hague

The Netherlands

Mob: 0031615134083

Courtesy: www.pdfbooksfree.pk

ہمارے والد اپنے بھائیوں میں سب سے بڑے تھے۔ پسند کی شادی کرنے کی پاداش میں دادا نے ابو کو گھر سے نکال کر ہر قسم کا ناطہ توڑ لیا۔ شادی سے پہلے ابو دادا کے ساتھ ہی کاروبار کیا کرتے تھے۔ اچانک سب کچھ چھین جانے کی وجہ سے مفلوک الحال ہو گئے۔ امی نے ابو کا بہت ساتھ دیا۔ آہستہ آہستہ تمام معاملات بہتری کی طرف آنے لگے۔ پانچ، چھ سال بعد دادا سے بھی صلح ہو گئی۔ دادا نے تمام بیٹیوں کو اپنے کاروبار میں شریک رکھا مگر ابو کو کچھ نہ دیا۔ ابو اس پر ہی خوش تھے کہ چلو دادا کی ناراضگی تو ختم ہوئی۔ عید تہوار ہم دادا کے گھر پر ہی منایا کرتے تھے۔ وہاں تمام کزن بہترین ملبوسات زیب تن کرتے۔ لڑکیوں کے پاس زیورات، لڑکوں کے ہاتھوں میں قیمتی گھڑیاں ہوتیں، جبکہ ہمارے ابو کے وسائل اتنے نہ تھے کہ وہ ہمیں اس قسم کی چیزیں خرید کر دیتے۔ ہمارے کزن ہمیں بڑھو، بے وقوف اور جاہل سمجھتے۔ جب ہم دادا کے گھر سے واپس اپنے گھر آتے تو خاصے اداں ہوتے۔ ابو سے اصرار بھی کرتے کہ تہوار ہم اپنے گھر میں ہی منایا کریں گے مگر ابو راضی نہ ہوتے۔

اپنے خاندان والوں کی طرف سے مسلسل حقارت کی نظر سے دیکھے جانے سے میں شدید احساس کمتری میں مبتلا ہوتا جا رہا تھا۔

مجھے اپنا وجود حقیر سا لگتا، کبھی اپنی ناک میں نقص نظر آتا، کبھی چہرہ چھوٹا لگتا، کبھی قدم نظر آتا۔ کبھی ملبوسات کم درجے کے محسوس ہوتے۔ الغرض ہر وقت دوسروں سے اپنا مقابلہ کرنے میں مصروف رہتا تھا۔ لوگوں کے درمیان گھبراہٹ اور بے چینی سی طاری رہتی اور دل کرتا کہ یہاں سے بھاگ جاؤں۔ اپنی ذات سے متعلق گفتگو سے گھبراجاتا تھا۔ حالت یہ ہو گئی تھی کہ اگر کسی چیز میں قصور میرا نہ بھی ہو پھر بھی میں خاموش رہتا،

لوگوں کے سامنے قوت گویائی جواب دے جاتی۔ جس سے لوگ قصور وار مجھے ہی سمجھتے۔

کسی سے اپنے دل کی بات کا اظہار نہیں کر سکتا تھا۔ میرے دل کی بات ہمیشہ دل میں ہی رہ جاتی۔ مجھے اپنی خامیوں کا احساس تو تھا اور ان سے لکھنے کی جدوجہد بھی کرتا مگر اپنے بلاوجہ کے خوف اور احساس کمتری کا خاتمہ کرنے میں کامیاب نہیں ہو پا رہا تھا۔

بعض اوقات طبیعت میں ٹھہراؤ آجاتا، گھبراہٹ محسوس نہ ہوتی لیکن چند گھنٹوں بعد ہی مایوسی کی کیفیت طاری ہو جاتی۔

یہ جانتے ہوئے بھی کہ لوگوں سے خوف محسوس کرنا اور اپنے آپ کو کمتر جانا بہت نقصان دہ ہے لیکن پھر بھی اس سے نجات حاصل کرنے میں ناکام رہا تھا۔

ایک مسئلہ یہ بھی تھا کہ میں ہر کسی پر بھروسہ کر لیتا تھا، اس کا نتیجہ تھا کہ اکثر لوگ آسانی سے اپنا مطلب نکال لیتے اور میں نقصان اٹھاتا۔ اس صورتحال کی وجہ سے لوگوں سے خوف محسوس ہونے لگتا۔

کبھی کبھی میں سوچتا کہ میں کیوں اس بھری دنیا میں سب سے اکیلا ہوں۔

ان مسائل و مشکلات کے ساتھ ساتھ ایک اور مسئلے نے بھی سخت آذیت میں مبتلا کیا ہوا تھا۔ اکثر رات کو سوئے وقت جب بھی آنکھیں بند کرتا تو اچانک سر میں شدید درد اٹھتا۔ ایسا لگتا کہ جیسے کسی نے کوئی چیز سر پر دے ماری ہو۔ اگر میں دوبارہ آنکھیں بند کرتا تو پھر ایسا ہوجاتا تھا۔

جبورا میں اکثر آنکھیں بند نہیں کرتا تھا، تا وقتیکہ نیند سے خود بخود بند نہ ہو جائیں۔

حیرت کی بات یہ ہے کہ یہ کیفیت صرف رات کو ہوتی تھی۔

ان پریشان کن کیفیات نے جسمانی اور

ذہنی صحت کو بھی سخت متاثر کیا تھا۔ بائیس سال کا ہونے کے باوجود زندگی کا کوئی واضح راستہ متعین نہ کر سکا تھا۔ احساس کمتری، منتشر خیالی اور خود اعتمادی کی کمی کی وجہ سے میں اپنے کزن اور فیملی کے دیگر لوگوں سے الگ تھلک رہتا تھا۔

ابو کو یہ بات بہت بری لگتی، امی جب میرے کزن کی ڈریسنگ کے حوالے سے میرے احساس کمتری کا ذکر ابو سے کرتیں تو وہ ای پر بھی ناراض ہوجاتے اور کہتے ”خود اعتمادی کے لیے ان چیزوں کی ضرورت نہیں ہوتی.... تمہارا پناہی ست اور آدم بیزار ہے، کچھ کرنا ہی نہیں چاہتا۔ ایسی ہی اولاد ہوتی ہے جو اپنے ماں باپ کے لیے بھی رسوائی کا سبب بنتی ہے۔“

ابو کی باتوں سے میں مزید ڈپریشن میں مبتلا ہوجایا کرتا تھا۔ تنہائی دور کرنے کے لیے میرے پاس صرف ایک ہی ذریعہ ٹی وی کا تھا۔ ٹی وی کا ریویٹ میرے ہاتھ میں آجاتا تو اپنی منتشر خیالی کے باعث چینلز تبدیل کرتا رہتا اور کوئی پروگرام مکمل نہیں دیکھ پاتا۔ ایک روز ٹی وی پروگرام میں ایک صاحب ذہنی یکسوئی حاصل کرنے کا طریقہ بتا رہے تھے اور کہہ رہے تھے کہ ذہنی یکسوئی حاصل ہوجائے تو زندگی میں کامیابیاں حاصل کرنا آسان ہوجاتا ہے۔ پہلے تو میں نے اپنی عادت کے تحت پینٹل تبدیل کر دیا، لیکن دل میں خیال آیا کہ سنا جانے کہ یہ صاحب کیا کہہ رہے ہیں، لہذا دوبارہ وہی چینل لگا دیا۔ یہ صاحب نہایت دلچسپ انداز میں کامیاب زندگی اور مضبوط شخصیت کے بارے میں بتا رہے تھے۔ ان کا کہنا تھا کہ ”علم کی کوئی بھی شاخ ہو، فنون کی کیسی ہی قسم کیوں نہ ہو، کامیابی کے لیے سوچ کی مرکزیت کی وحدت اتنی ہی لازمی ہے جتنا زندگی کے لیے ہوا۔ سوچنے کی بات ہے کہ تاریخ کی نامور شخصیات، خواہ ان کا تعلق علوم کے کسی بھی

شعبے سے رہا ہو، اتنی مشہور، عوام کی آہنڈیل، ذہین و فطین اور پر اعتماد کیوں تھیں....؟ ظاہر ہے اپنی دماغی صلاحیتوں کی وجہ سے۔ اب سوال پیدا ہوتا ہے کہ کیا ان کے اور ہمارے دماغ کی ساخت میں کچھ فرق تھا، یا ہے....؟ یا پھر ان کا تعلق کسی دوسری دنیا سے تھا، وہ یقیناً ہم جیسے ہی انسان تھے مگر ہم جیسے ہوتے ہوئے بھی ان میں اور ہم میں فرق محض اس لیے ہے کہ ان کی ذہنی اور دماغی صلاحیتیں ارتکاز کی دولت سے مالا مال تھیں، جب کہ منقسم ذہن، بے ہوشے ہوئے دماغ اور منتشر سوچ کے باعث ہم میں سے اکثر لوگ اپنی صلاحیتوں کو ضائع کر رہے ہیں۔

پھر ان صاحب نے خود سے ہی سوال کیا کہ، ارتکاز کی کمی، منتشر خیالی، احساس محرومی سے نجات کیسے ممکن ہو....؟ اور پھر اس کا جواب بھی انہوں نے خود ہی دے دیا۔ ”ان تمام مسائل کا حل مراقبہ سے ممکن ہے۔“

مراقبہ کے بارے میں، میں نے سنا تو تھا مگر زیادہ جان نہیں تھا۔ وہ صاحب اس پروگرام میں بتا رہے تھے کہ ”مراقبہ میں ارتکاز کے ذریعے جب ہم کسی ایک نقطے، خیال کو مرکز بنا کر اپنی تمام تر ذہنی اور دماغی قوت شعوری طور سے مرکوز کر دیتے ہیں تو بے کار خیالات کی صورت میں بنی ہوئی دماغی قوت آہستہ آہستہ یکجا ہونا شروع ہوجاتی ہے۔ اسی اصول کے تحت کسی بھی فرد کی شخصیت تیز اعتماد اور کھار پیدا ہو سکتا ہے۔“

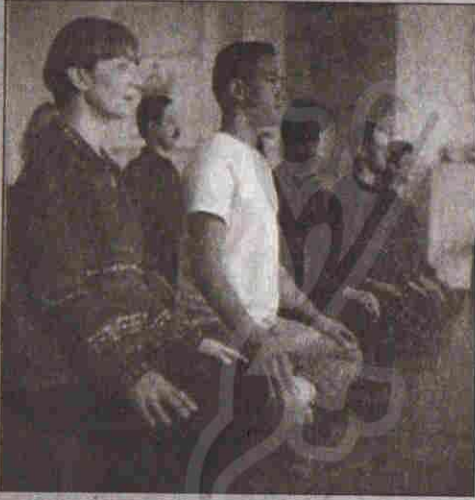
آخر میں انہوں نے مراقبہ کا طریقہ بھی بتایا۔ کامیاب شخصیت کے بارے میں ان صاحب نے کافی وضاحت سے سمجھایا، مجھے بھی ان کی بہت سی باتیں دل کو لگیں مگر اب بھی ذہن میں کچھ خدشات تھے۔

کیا میں مراقبہ کر سکتا ہوں....؟ لوگ میرا مذاق تو نہیں اڑائیں گے....؟ کیا یہ میرے تمام مسائل کا حل ہے....؟ ذہن مراقبہ کی افادیت پر اس حد تک یقین

## مراقبہ کرنے والے افراد میں جوش اور ولولہ

زیادہ ہوتا ہے اور وہ دوسروں سے زیادہ خوش رہتے ہیں!

ہارورڈ میڈیکل اسکول میں میڈیسن کے پروفیسر ڈاکٹر ہرٹ سینسن نے مراقبہ کرنے والے ایک گروپ پر تحقیق کی۔ آدھی رات کے وقت اس گروپ کو مراقبہ کرنے کے لیے کہا گیا اور دوران مراقبہ اس گروپ کے افراد کے دل کی دھڑکن کی شرح، بلڈ پریشر اور جلد کا ردیو امیٹو ایفکٹس ہوا کہ دوران مراقبہ انسان عام حالات کی بہ



نسبت 17 فیصد کم آکسیجن استعمال کرتا ہے اور دل کی دھڑکن تین دھڑکن فی منٹ کم ہو جاتی ہے، جبکہ ذہن میں تصنیفیں چلنا شروع ہو جاتی ہیں، جو نیند کے فوراً بعد چلنا شروع ہوتی ہیں۔ ڈاکٹر سینسن جو مائنڈ باڈی میڈیکل انسٹیٹیوٹ کے بانی اور کتاب "Relaxation Response" کے مصنف ہیں، کہتے ہیں کہ مراقبہ میں آدمی ایک ایسی ذہنی حالت میں پہنچ جاتا ہے جس میں صرف سکون اور خوشی ہوتی ہے۔ انہوں نے اپنی کتاب میں اس کی وضاحت بھی کی ہے کہ اس ذہنی حالت سے جسم کی

یکسٹری پر کیا اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ ڈاکٹر سینسن نے تجربات سے یہ بھی ثابت کیا ہے کہ دوران مراقبہ مجموعی طور پر دماغ میں خون کا دوران سست ہو جاتا ہے، مگر دماغ کے کچھ حصے ایسے ہیں جن میں خون کا دوران بڑھ جاتا ہے اور ان میں Limbic System بھی شامل ہے۔ لیبک سسٹم جذبات پیدا کرتا ہے، دل کی دھڑکن اور عمل متخف کو کنٹرول کرتا ہے اور اس کا تعلق یادداشت سے بھی ہے۔ برین امیجنگ Brain Imaging تکنیک کے ذریعے یہ ثابت ہو گیا ہے کہ دوران مراقبہ دائیں دماغ کی سرگرمی کم ہو جاتی ہے اور بائیں دماغ کی سرگرمی میں اضافہ ہو جاتا ہے اور یہ بات بھی تحقیق سے سامنے آچکی ہے کہ ایسے افراد جن میں دائیں دماغ کی سرگرمیاں زیادہ ہوتی ہیں وہ منہی رجحان کے مالک ہوتے ہیں اور ایسے افراد جن میں بائیں دماغ کی سرگرمیاں زیادہ ہوتی ہیں وہ قناعت پسند ہوتے ہیں، ان میں جوش اور ولولہ ہوتا ہے اور وہ زیادہ وقت خوش رہتے ہیں۔

لہذا میں نے مراقبہ کرنے کا فیصلہ کر لیا۔ کچھ روز مراقبہ جاری رکھا مگر کیس کوئی نہ ہونے کی وجہ سے اسے چھوڑ دیا۔ بہت کر کے میں نے ان صاحب سے پھر ملاقات کی اور اب تک مراقبہ کرنے کا احوال انہیں بتایا۔

ہم جیسے لوگ جو جوم سے گھبراتے ہیں، لوگوں سے بات کرنے میں مشکل پیش آتی ہو۔ ایسے لوگ اکیلے میں اپنی شخصیت کی بہتری کے بارے میں سوچ سکتے ہیں۔

دوسرے روز ہم ان صاحب کے پاس پہنچ گئے۔ میرے دوست نے میرے بارے میں بات شروع کی، وہ صاحب سمجھ گئے کہ مجھ میں جھجک ہے، اس لیے انہوں نے میری ہمت بندھائی اور زور دیا کہ میں اپنا مسئلہ خود بیان کروں، میں نے ہچکچاتے ہوئے بات شروع کی، پھر انہوں نے تفصیل سے میرا مسئلہ سنا۔ میں درمیان میں کہیں کہیں اٹک کر گفتگو کر رہا تھا۔

میرا مسئلہ سننے کے بعد وہ کافی دیر تک خاموش بیٹھے رہے پھر بولے "آپ کا مسئلہ دراصل ذہنی دباؤ کا ہے۔ جو سر درد اور نیند کی کمی کی وجہ بن رہا ہے۔ ہمارے دماغ کو بھی آرام کی اتنی ہی ضرورت ہوتی ہے جتنی جسم کو.... دماغ کو آرام پہنچانے کا بہترین طریقہ یکسوئی اور اچھی نیند ہے۔ جب ہم ذہنی طور پر پرسکون رہ کر گہری نیند لیتے ہیں، تو تیار ہونے کے بعد ذہنی اور جسمانی طور پر تازہ دم ہو جاتے ہیں۔

سر درد، ٹینشن اور دباؤ جیسے مسائل بھی مناسب نیند لینے سے حل ہو جاتے ہیں۔ میرے خیال میں آپ کے مسائل کا حل بھی مراقبہ کے ذریعے ممکن ہے۔"

انہوں نے مراقبہ کی خوبیوں پر روشنی ڈالی اور مجھے بھی مراقبہ کرنے کے لیے کہا، ساتھ ہی یہ بھی کہا کہ اگر تم مراقبہ کا آغاز کرو تو مجھ سے رابطے میں رہنا۔ یقین اور بے یقینی کی کیفیت میں گھر آیا ہو چا آج رات سے ہی مراقبہ شروع کر دیا جائے۔ مگر ذہن میں یہ سوال گردش کرنے لگا کہ گھر والے کیا کہیں گے۔ رات کے وقت سر درد میں اضافہ ہوتا جا رہا تھا۔ ساری ساری رات نیند آنکھوں سے دور رہتی۔ نیند کی کمی سے صحت بری طرح متاثر ہو رہی تھی۔ مجھے احساس ہوا کہ ماہرین نے جب مراقبہ کے بارے میں مثبت رائے دی ہے تو شاید میرے مسائل کا

کرنے کو تیار نہ تھا، جس قدر ان صاحب نے اس کی وضاحت کی تھی۔ مراقبہ کے متعلق سوچتے ہوئے لیٹ گیا۔ ذہن بہت الجھ رہا تھا۔ سخت ٹینشن ہو رہی تھی۔ آنکھیں بند کیے بستر پر لیٹا تھا کہ نیند کا غلبہ ہونے لگا۔ ابھی نیند آئے بشکل آدھا گھنٹہ ہوا ہو گا کہ سر میں شدید درد اٹھا، فوراً آنکھ کھل گئی۔ پھر سارا وقت کروٹیں بدلتے گزر گیا، کافی دیر بعد نیند آئی۔ تھوڑی دیر بعد پھر سر میں شدید درد اٹھا، اس درد کی شدت اس قدر تھی کہ میں بستر پر بیٹھ گیا.... سانس تیزی سے چل رہی تھی.... جسم پسینے سے شرابور ہو رہا تھا۔

اب یہ روز کا معمول ہو گیا تھا کہ رات میں کسی پہر بھی درد ہوتا اور میں بے چینی سے اٹھ بیٹھتا۔ نیند کی کمی کی وجہ سے طبیعت بوجھل رہنے لگی اور میں چڑچڑا بھی ہوتا جا رہا تھا۔ میرا ایک ہی دوست تھا جس سے میں اپنا مسئلہ بیان کر سکتا تھا مگر اعتماد کی کمی کی وجہ سے اسے بھی کچھ نہیں بتایا تھا۔ نیند کی کمی، ذہنی ٹینشن، دباؤ اور سر درد میں اضافہ ہونے لگا تو ہمت کر کے ایک روز دوست سے اپنے مسائل بیان کیے۔ وہ کافی دیر تک کچھ سوچتا رہا پھر بولا "یار ایک ہمارے جاننے والے ہیں، وہ اکثر مراقبہ کا تذکرہ کرتے رہتے ہیں۔"

میں نے اپنے دوست سے پوچھا کہ "کیا تم مراقبہ کے بارے میں کچھ جانتے ہو۔"

وہ بولا "میں تو اتنا نہیں جانتا، لیکن ان صاحب سے تمہاری ملاقات کروا سکتا ہوں، یہ کافی پڑھے لکھے ہیں اور آج کل مراقبہ پر تحقیق بھی کر رہے ہیں۔"

میں نے دوست سے کہا کہ شاید میں اپنا مسئلہ صحیح طور پر ان صاحب کے سامنے بیان نہ کر پاؤں گا۔ میرے دوست نے ہمت دلائی اور کہا "میں تمہارے ساتھ چلتا ہوں، کچھ تم کہنا کچھ میں بتا دوں گا۔"

وہ بولے، پہلے تو ذہن سے یہ ڈر اور خوف دور کرو کہ تمہارے مراقبہ کرنے کے بارے میں لوگ اور گھر والے کیا کہیں گے۔ جب یہ خوف ذہن سے نکل جائے تو تم یکسو ہو کر مراقبہ کر سکو گے۔

میں نے گھر آ کر مراقبہ کا دوبارہ آغاز کیا کوشش اور ہمت سے ڈر اور خوف کو ذہن سے دور رکھا۔ کئی روز مراقبہ جاری رہا مگر کوئی خاص فرق محسوس نہیں ہوا۔ کوشش کے باوجود ذہن ایک تصور پر مرکوز ہی نہیں ہو رہا تھا بلکہ انتہائی غیر متعلق خیالات کا سلسلہ چل لگتا۔

بعض اوقات مراقبہ کے دوران ذہن منتشر ہو جاتا یا پھر برے خیالات کی آماجگاہ بن جاتا۔ ایسے میں مراقبہ کی افادیت پر یقین کمزور ہونے لگتا۔

لیکن میں نے بہر حال مراقبہ جاری رکھا، کئی ماہ مسلسل مراقبہ کرنے کی وجہ سے کچھ کچھ یکسوئی قائم ہونے لگی۔ یہ بھی میرے لیے بڑی کامیابی تھی۔

دوسری اہم بات یہ ہوئی کہ میں اپنے اندر خود اعتمادی محسوس کرنے لگا تھا۔

ایک روز ابھی مراقبہ کا آغاز ہی کیا تھا کہ پورا کمرہ خوشبو سے مہک اٹھا۔

پھر یہ مہک آہستہ آہستہ کم ہوتے ہوتے ختم ہو گئی۔ مراقبہ ختم کیا اور آنکھیں کھولیں تو کمرے میں پھولوں کی خوشبو سی ہوئی تھی۔

ایک روز مراقبہ شروع کرتے ہی خود کو ایک بہت بڑے میدان میں پایا، آسمان پر ہلکے ہلکے بادل چھانے ہوئے ہیں۔ دیکھا کہ میدان کے بڑے حصے میں خوبصورت پرندے دانہ چگ رہے ہیں۔

میں بھی پرندوں کو دانہ ڈالنے لگا۔ یہ پرندے جلد ہی مجھ سے مانوس ہو گئے۔

ابھی میں پرندوں کو دانہ کھلا رہا تھا کہ آسمان پر گہرے بادل چھا گئے اور بارش ہونے لگی۔ بارش کے خوشگوار احساس کو لیے میں میدان سے باہر آیا تو نظروں کے سامنے ایک خوبصورت باغ تھا۔ بارش اب بھی ہو رہی تھی۔ باغ میں لمبے لمبے درختوں کے درمیان خوش رنگ پھولوں کے درخت بھی تھے۔

آہستہ آہستہ دوران مراقبہ یکسوئی اور ارتکاز قائم ہونے لگا اور ایک خاص تبدیلی جو کہ اہل خانہ نے بھی محسوس کی وہ لوگوں کے ساتھ میرا منساری کا رویہ تھا۔ اب لوگوں کے درمیان خود کو اجنبی نہیں سمجھتا۔

بعض اوقات گفتگو میں کچھ دقت ہوتی ہے مگر آہستہ آہستہ اس میں بھی بہتری آرہی ہے۔ میں اپنے دوست اور ان صاحب کا شکر گزار ہوں کہ ان کی وجہ سے میرے اندر بھی جینے کی نئی امنگ پیدا ہوئی ہے۔

مراقبہ میرے لیے ایک ٹانگ کا کام کر رہا ہے اور ہر گزرتے دن کے ساتھ مجھے اپنے آپ میں بہتری محسوس ہو رہی ہے۔ پہلے میں ذہنی ٹینشن، دباؤ اور خوف کی وجہ سے اکثر بیمار رہا کرتا تھا مگر مراقبہ سے شاید قوت مدافعت میں بھی بہتر آئی ہے، جس وجہ سے صحت کافی بہتر ہو گئی ہے اور ذہنی سکون کے ساتھ اعتماد میں بھی اضافہ ہوا ہے۔

آپ روحانی عالم حضرت کے قاری ہیں..... آپ کا بہت بہت شکریہ..... اپنے عزیزوں اور دوستوں کو اپنے اس پسندیدہ رسالے کا تحفہ دیجیے۔



آج ایک طرف اگر انسانیت قسطنطنیہ اذیت کے دور سے گزر رہی ہے تو دوسری جانب کچھ لوگ ایسے بھی ہیں جو قسطنطنیہ سکون کی لذتوں سے مالا مال ہیں، جو اپنی اس معمول دولت کو انسانیت کی خدمت کے لیے پیش کر دینا چاہتے ہیں، اور یہی طریقہ ہے اللہ کی دی ہوئی نعمتوں کے شکر ادا کرنے کا کہ دوسروں کو بھی ان میں شامل کیا جائے۔ ایسی ہی ایک سادہ دل اور نہایت محترم شخصیت محترم اشرف سلطان عظیمی کی بھی ہے، جو قسطنطنیہ سکون اور حقیقی کامیابی کی معمول دولت کو عام کرنے کا بیڑا اٹھائے ہوئے ہیں۔

تاریخیں روحانی ڈائجسٹ کے لیے ہم ان صفحات پر اشرف سلطان صاحب کے تجربات اور مشاہدات ایک انٹرویو کی صورت میں پیش کر رہے ہیں۔

انٹرویو: مشکور الرحمن

دھیما لہجہ، گفتگو میں مٹھاس اور سادہ طبیعت کی مالک اشرف سلطانہ عظیمی تقریباً چالیس سال سے سلسلہ عظیمیہ سے وابستہ ہیں اور سلسلہ عظیمیہ کے تعلیمی اور خدمت خلق کے شعبوں میں اپنی خدمات انجام دے رہی ہیں۔

ہم نے جب ان سے ان کی زندگی پر گفتگو کرنے کی خواہش ظاہر کی تو انہوں نے بڑی محبت سے اپنی انتہائی مصروفیات میں سے کچھ وقت ہمیں بھی عنایت کیا۔



اشرف سلطانہ عظیمی

سے ایک ملاقات

ہم نے اشرف سلطانہ عظمیٰ سے پہلا سوال ان کی ابتدائی زندگی کے متعلق پوچھا تو وہ انتہائی شفقت و محبت سے بیٹے ہوئے یادگار دنوں کی یادوں کو اپنے ذہن میں دہراتے ہوئے گویا ہوئیں۔

”میری پیدائش 26 اکتوبر 1944ء کو غیر منقسم ہندوستان کی ریاست گوالیار میں ہوئی۔

ملازمت کے سلسلے میں میرے والد صاحب کا قیام کافی عرصہ دہلی میں رہا۔ 1947ء میں جب پاکستان کا قیام عمل میں آیا، تو ہم لوگ والدین ہجرت کر کے کراچی آگئے۔ یہاں گھر کے قریب گورنمنٹ اسکول سے میٹرک اور سرسید کالج سے انٹر کیا، پھر کراچی یونیورسٹی میں مائیکرو بیالوجی میں گریجویٹیشن کی غرض سے ایڈمیشن لیا مگر پڑھائی کا یہ سلسلہ آگے چل نہ سکا۔“

ہمارا اگلا سوال اشرف سلطانہ سے یہ تھا کہ سلسلہ عظیمیہ سے وابستگی کی بنیادی وجہ کیا تھی....؟

”دیکھیے! میرے چھ بھائیوں میں سے کسی کا رجحان بھی تصوف و روحانیت کی طرف نہ تھا۔ والد اور والدہ بھی تصوف و روحانیت کے متعلق زیادہ نہیں جانتے تھے۔ ہاں ہمارا پورا گھرانہ تعلیم میں کافی دلچسپی لیتا تھا۔ اسی وجہ سے مجھے بھی پڑھنے کا رجحان شاید وراثت سے ملا۔ بچپن میں کہانیاں پڑھنے کا شوق رہا۔

میری چھوٹی عمر میں ہی شادی ہو گئی تھی۔ سسرال میں جسارت اخبار آیا کرتا تھا۔ اس میں 10 دسمبر 1969ء بروز بدھ مرشد کریم حضرت خواجہ شمس الدین عظمیٰ کا کالم اخبار کے آدھے صفحے پر شائع ہوا۔

کالم کی پیشانی پر خواجہ شمس الدین عظمیٰ کا نام تحریر تھا اور نیچے لکھا تھا کہ انتہائی پیچیدہ اور لاعلاج والے مریض رجوع کریں۔ مجھے یہ پڑھ کر جستجو ہوئی کہ یہ علاج کس طرز کا ہوگا۔ ذہن میں خیال آیا کہ جس شخصیت کا نام اتنا

بارعب ہے، وہ خود کتنی بڑے مرتبے کا مالک ہوگا۔

جب میں نے یہ کالم پڑھنا شروع کیا تو مزید حیرت زدہ رہ گئی کہ پورا کالم نہایت سادہ الفاظ میں تحریر کیا گیا تھا اور بیماریوں کے علاج بھی نہایت آسان اور بالکل سادہ تھے، مثلاً کسی بیماری کے علاج کے لیے تحریر تھا کہ زرد بھون کر کھالیا جائے، کسی میں کلونچی پھانکنے کو کہا گیا تھا کسی کے لیے لکھا تھا کہ ماش کر لیں، پیپتہ کھائیں، زیتون کا تیل پی لیں وغیرہ وغیرہ.... کہیں قرآنی آیات سے بھی علاج بتایا گیا تھا۔ پھر اگلے بدھ کو بھی یہ کالم شائع ہوا۔ میرے دل میں خیال آیا کیوں نہ میں بھی ان سے اپنے مسائل کے سلسلے میں رابطہ کروں۔

چنانچہ میں نے ڈرتے ڈرتے خط تحریر کیا۔ میں نے خط میں حضرت عظمیٰ صاحب سے ملاقات کی درخواست کی تھی۔ ان دنوں میری رہائش ساگھڑ میں ہوا کرتی تھی، کراچی میں میرا میکہ تھا، سو چاکر میکے جاؤں گی تو حضرت سے ملاقات کا بھی موقع مل جائے گا۔

کچھ دن انتظار کے بعد حضرت خواجہ شمس الدین عظمیٰ صاحب کا جواب موصول ہو گیا۔ میں نے خط کے ذریعے اپنے بھائی سے کہا کہ میں کراچی آرہی ہوں اور حضرت خواجہ شمس الدین عظمیٰ صاحب سے ملنا چاہتی ہوں، پہلے آپ اس ایڈرس پر جا کر معلوم کر لیں کہ ان سے کس دن ملاقات ہو سکتی ہے۔ بھائی نے جا کر معلوم کر لیا۔ پھر وہ دن بھی آیا کہ میں اپنے بھائی کے ہمراہ حضرت عظمیٰ صاحب کے مطب پہنچ گئی۔ ذہن میں یہی خیال گردش کر رہا تھا کہ ”انتہائی پیچیدہ اور لاعلاج مریض رجوع کریں۔“

مطب پہنچ کر ملاقات کا نمبر لیا اور دیگر خواتین کے ساتھ بیٹھ گئی۔ ملاقاتوں کا بے پناہ رش دیکھ کر میرے ذہن میں یہ خیال آیا کہ شاید آج تو میری ملاقات نہیں

ہو سکے گی، میرے ذہن میں ایک ترکیب سوچھی اور میں نے ایک پرچے پر اپنا نام لکھ کر نمبر دینے والے صاحب کے ذریعے حضرت عظمیٰ صاحب کی خدمت میں بھجوا دیا۔ تھوڑی دیر کے بعد ہی مجھ ناچیز کا بلاوا آ گیا۔

جب میں حضرت عظمیٰ صاحب کے سامنے حاضر ہوئی تو وہ انتہائی تپاک سے مجھ سے ملے اور ہلکے سے تبسم سے کہنے لگے ”سب خیریت ہے۔ بچ ٹھیک ہیں اور آپ کا کراچی کب آنا ہوا۔“ میں تو حیران ہی رہ گئی، کیونکہ حضرت خواجہ شمس الدین عظمیٰ سے زندگی میں یہ پہلی ملاقات تھی، پھر یہ مجھے کیسے جانتے ہیں....؟؟

مرشد کریم میری ایسی آؤ بھگت فرما رہے تھے جیسے وہ مجھے بہت عرصے سے جانتے تھے اور ہماری کافی عرصے کے بعد ملاقات ہو رہی ہو۔

میں نے بہت کر کے نظریں نیچے کیے ہوئے عرض کی ”میں نے آپ کو کرورد کے سلسلے میں خط لکھا تھا، آپ نے گیارہ روز تیل کی ماش کرنے کو کہا تھا۔ مگر میرا درد تو چار روز میں ہی ٹھیک ہو گیا۔ کیا تیل کی ماش مزید جاری رکھوں۔ دوسرا مسئلہ یہ ہے میرے سر میں بہت درد رہتا ہے۔ اس درد کے بارے میں مجھے یاد نہیں کہ کب سے شروع ہوا۔ میرے والدین کا کہنا تھا کہ مجھے

ذہائی سال کی عمر سے یہ درد رہا کرتا تھا۔ میرے ساتھ میری چھ سالہ بیٹی بھی تھی، میں نے حضرت سے کہا کہ بیٹی کے بھی پیٹ میں بہت درد رہتا ہے آپ نے مسکرا کر بیٹی کو دیکھا، اسے پیار کیا اور کہا کہ آپ کی بیٹی بہت حساس ہے۔ آپ اسے پیپتہ کھلایئے اور زیتون کا تیل پلائیئے۔ سر درد کے لیے مجھے خمیرہ گاؤ زبان کھانے کا

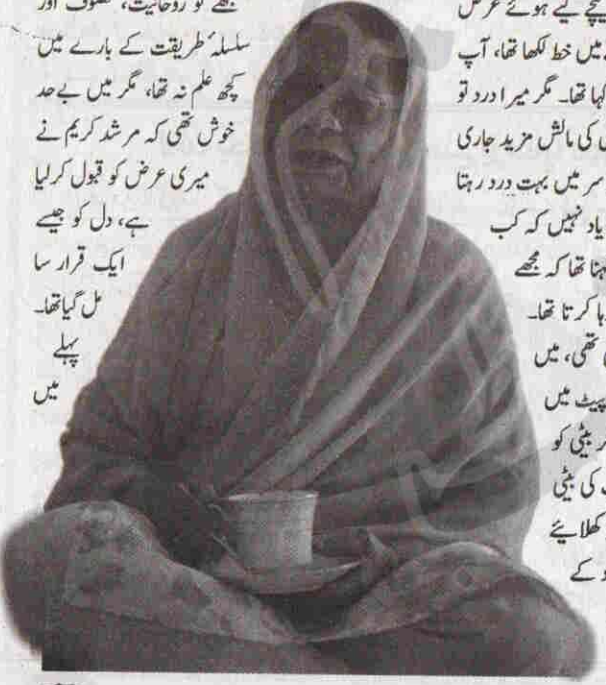
مشورہ دیا۔

اس دن کے بعد میں جب بھی کراچی آتی تو حضرت خواجہ شمس الدین عظمیٰ کی خدمت میں ضرور حاضر ہوتی۔ کافی سالوں تک مسلسل حضرت خواجہ صاحب کے پاس جانا رہا۔ ایک دن میں ان کے سامنے اپنی روحانی خواہش کا اظہار کر بیٹھی۔

میں نے ڈرتے ڈرتے حضرت سے عرض کی کہ آپ مجھے اپنے جیسا بنادیں۔ یہ کہتے کہتے میرے آنسو آنکھوں کے بند توڑ کر فرش کو بھگونے لگے۔

حضرت خواجہ صاحب نے مجھے اپنے پاس بٹھایا، سر پر ہاتھ پھیرا، دم کیا۔ میری ہچکیاں بندھی ہوئی تھیں۔ مرشد کریم نے دل پر ہاتھ رکھوایا اور اس وقت موجود تمام افراد کو مخاطب کرتے ہوئے فرمایا، آج سے اشرف سلطانہ صاحبہ سلسلہ عظیمیہ میں شامل ہو گئی ہیں۔

مجھے تو روحانیت، تصوف اور سلسلہ طریقت کے بارے میں کچھ علم نہ تھا، مگر میں بے حد خوش تھی کہ مرشد کریم نے میری عرض کو قبول کر لیا ہے، دل کو جیسے ایک قرار سا مل گیا تھا۔ پہلے میں





## سید شاہ مردان شاہ ثانی، پیر صاحب پگارا انتقال کر گئے

مخبر جماعت کے روحانی پیشوا، پاکستان کے ممتاز سیاسی رہنما شاہ مردان شاہ پیر صاحب پگارا 26 نومبر 2011ء کو سانس کی تکلیف کے باعث آغاخان اسپتال کے انتہائی نگہداشت کے شعبے میں داخل کیا گیا تھا، طبیعت زیادہ خراب ہونے پر انہیں 5 جنوری 2012ء کو بطور علاج لندن لے جایا گیا، جہاں دوران علاج وہ 83 برس کی عمر میں 10 جنوری کی شب حرکت قلب بند ہو جانے سے انتقال کر گئے۔

اِنَّ اللّٰهَ وَاَنَا الْبَیْہِ رَاجِعُونَ



پیر صاحب پگارا 22 نومبر 1928ء کو پیر جو گوٹھ میں پیدا ہوئے۔ انہوں نے ابتدائی تعلیم بھی پیر جو گوٹھ ہی میں حاصل کی۔ جب پیر صاحب پگارا کی عمر 12 سال ہوئی تو ان کے والد سورہیہ بادشاہ نے انگریزوں کے خلاف آزادی کی جنگ شروع کر کے وطن یا کفن، آزادی یا موت کا نعرہ بلند کیا۔ اس کے بعد سندھ بھر میں انگریز حکومت کے خلاف تحریک شروع ہو گئی۔ اس دور میں پگارا خاندان کے اوپر انگریز حکومت نے بے انتہاء مظالم ڈھائے۔ پیر پگارا کے والد سورہیہ بادشاہ کو بغاوت کے کیس میں حیدر آباد جیل میں پھانسی دے کر شہید کی میت کو نامعلوم مقام پر دفن کر دیا اور تحریک آزادی کو دبانے کے لیے مختلف حربے استعمال کیے۔ سورہیہ بادشاہ کے بعد 12 سالہ شاہ مردان شاہ کو گدی پر بٹھایا گیا اور مخبر جماعت ایک مرتبہ پھر یکجا ہونا شروع ہوئی۔ جب انگریزوں نے یہ صورت حال دیکھی تو کچھ عرصے کے لیے پورے خاندان کو کراچی میں نظر بند کر دیا گیا، بعد میں پیر پگارا اور ان کے بھائی پیر نادر شاہ کو ملک بدر کر کے برطانیہ بھیج دیا گیا، جہاں انہوں نے گریجویٹن تک تعلیم حاصل کی۔ پیر پگارا برصغیر کے معروف تعلیمی ادارے علی گڑھ میں بھی زیر تعلیم رہے۔ 1949ء میں پاکستان کے پہلے وزیر اعظم لیاقت علی خان نے ان سے ملاقات کی، جس کے بعد 4 فروری 1952ء کو پیر صاحب پگارا کی روحانی گلدی بحال کر دی گئی اور ان کی باقاعدہ دستار بندی بھی ہوئی۔ 1952ء میں پیر صاحب پگارا نے درگاہ شریف میں جامعہ راشدہ قائم کی، درگاہ شریف میں ہی لائبریری قائم کرائی۔ پیر صاحب پگارا اپنے مریدین کی مجالس میں پڑوسیوں کے حقوق کی ادائیگی، اسلامی اصول کے مطابق زندگی گزارنے، ملک و قوم کی بھلائی اور سلامتی کے کام کرنے اور خاص طور خواتین کو تعلیم دلانے پر زور دیتے تھے۔ پیر پگارا کی تعلیم و تربیت پر خصوصی توجہ کا اندازہ اس بات سے لگایا جاسکتا ہے کہ اس وقت سندھ بھر میں ان کے قائم کردہ ڈیڑھ سو سے زائد مدرسے کام کر رہے ہیں، جبکہ مرکزی مدرسہ پیر جو گوٹھ (خیر پور) میں ہے، جن میں یتیموں اور بے سہارا بچوں کو مفت تعلیم دی جاتی ہے۔ پیر صاحب کے مریدین ناصرف پاکستان بلکہ بھارتی ریاست گجرات اور راجستھان میں بھی بڑی تعداد میں موجود ہیں۔ انہوں نے سیاسی پیچیدگیاں سلجھانے کے ساتھ ساتھ اپنے مریدوں کے مسائل بھی حل کیے۔ پیر پگارا نے نامساعد حالات، مشکلات، ان گنت پریشانیوں میں بھی خود کو صوبائی، لسانی یا علاقائی تعصبات میں مبتلا نہیں ہونے دیا اور یہی درس اپنے مریدوں کو بھی دیا۔

ہمارے اس سوال کے جواب میں اشرف سلطنت فوراً بولیں: ”دیکھیے! مشکلات تو تقریباً ہر کام میں آتی ہی ہیں۔ لیکن یہ بھی حقیقت ہے کہ صبر کا پھل میٹھا ہوتا ہے۔ میری مشکلات کا زیادہ تعلق ہال خانہ سے تھا، کیونکہ میرے شوہر روحانیت اور تصوف پر یقین نہیں رکھتے تھے اور آج تک نہیں رکھتے، مگر میں نے شوہر کے حقوق، بچوں کے حقوق اور گھر کے مسائل سے کبھی بھی صرف نظر نہیں کیا۔ شوہر کا خیال رکھا اور بچوں کو وقت دیا، جس کی وجہ سے شوہر نے بھی کبھی مجھے روحانیت کے راستے پر چلنے سے روکا نہیں۔“

دراصل ہوا یہ کہ مرشد کریم حضرت خواجہ

شمس الدین عظیمی سے بیعت ہونے کے بعد میری جانب سے شوہر کی خدمت میں دو گنا اضافہ ہو گیا تھا۔“

(جاری ہے)



## لائٹ بجھا کر سونے سے بڑھاپا دور رہتا ہے

رات کو عشاء کی نماز کے بعد چراغ گل کر کے سونا بھی ہمارے پیارے نبی پاک ﷺ کی ایک سنت ہے۔

جدید تحقیق سے ثابت ہوا ہے کہ ایک ہارمون جو Gland Pineal میں پیدا ہوتا ہے اور جس کا کام گہری نیند لانا،

اور جسم کو مضبوط بنانا وغیرہ ہے، اس کی

ہے، وہ ہارمون صرف عشاء سے

پیدا ہوتا ہے، روشنی میں

کر کے سو بھی جائیں تو یہ ہارمون

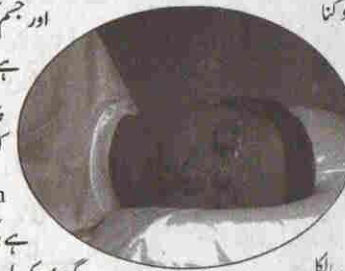
Melatonin کہتے ہیں، یہ

ہے بلکہ تولیدی نظام کو برقرار رکھنا

گھڑی کی طرح کام کرتا ہے اور آپ کو بتاتا

ہے کہ کب اٹھنا ہے اور کب سونا ہے۔ ایسے لوگ جن میں یہ ہارمون صحیح طرح کام کر رہا ہو، یعنی جو لوگ عشاء کے بعد سو

جاتے ہیں اور صبح سویرے اٹھ جاتے ہیں ان پر بڑھاپا دیر سے آتا ہے۔



انسانی جسم میں توڑ پھوڑ کے عمل کو روکنا

انسانی جسم کو بہت ضرورت ہوتی

لے کر فجر تک اندھیرے میں ہی

نہیں... اور اگر دن میں اندھیرا

پیدا نہیں ہوتا۔ اس ہارمون کو

ناصرف نیند کے عمل کو کنٹرول کرتا

بھی اس کی ذمہ داری ہے۔ یہ داغ میں بالکل

ہے کہ کب اٹھنا ہے اور کب سونا ہے۔ ایسے لوگ جن میں یہ ہارمون صحیح طرح کام کر رہا ہو، یعنی جو لوگ عشاء کے بعد سو

جاتے ہیں اور صبح سویرے اٹھ جاتے ہیں ان پر بڑھاپا دیر سے آتا ہے۔

بزرگوں نے  
جو درخت لگائے  
تھے اس کے پھلوں کو  
میں نے استعمال کیا، اب یہ  
درخت میں اپنی آئندہ آنے والی  
نسلوں کے لیے لگا رہا ہوں....“

# جنگلات میں کمی

## ماحولیاتی عدم توازن کا باعث...

ایک ہے، لیکن اس میں سمجھنے والوں کے لیے بڑی حکمت پوشیدہ ہے۔ خاص کر ان لوگوں کے لئے، جو اپنے قیمتی جنگلات دن بہ دن بڑی بے دردی سے صاف کرتے جا رہے ہیں، اس بات کو جانے اور سمجھے بغیر کہ ان جنگلات سے ماحول پر کیا اثر پڑتا ہے...؟ بارش اور سیلاب کی تباہ کاریوں کو یہ کس طرح روک



سکتے ہیں...؟؟؟ ہم خود کو جس دین کا پیروکار کہتے ہیں اُس دین فطرت اسلام کی تعلیمات میں تو شجر کاری کو عبادت اور ہرے بھرے درخت کو کاٹنا گناہ قرار دیا گیا ہے۔ پوری دنیا میں ماحولیاتی آلودگی اور زمین و وسائل کے بے دریغ استعمال نے بے شمار مسائل کھڑے کر دیے ہیں۔ ہمیں بھی اپنے ملک کے ان مسائل پر توجہ دینے کی اشد ضرورت ہے۔

یوں اتنی تکلیف اٹھاتے ہیں، جب تک یہ پھل دینے کے قابل ہو گا آپ تو اس دنیا میں نہیں ہوں گے...“  
اس طنز کے جواب میں بوڑھے نے کہا ”میں جانتا ہوں کہ جب یہ پودا تیار درخت بن جائے گا تو میں اس کا پھل کھانے کے لیے اس دنیا میں نہیں رہوں گا، لیکن یہ درخت میں نے اپنے فائدے کے لیے نہیں لگایا۔ میرے



رسول اللہ ﷺ

فرماتے ہیں:

تمام مخلوق اللہ کی عیال ہے۔  
خدا کے نزدیک محبوب وہ ہے  
جو عیالِ خدا کو نفع پہنچائے۔  
(طبرانی)

مرقبہ ہلال اوکاڑہ

نگراں: محمد اشرف

گلی نمبر 2، قادر کالونی، فیصل آباد روڈ، اوکاڑہ۔

فون: 0346-7419029

ایک پودے کو درخت بننے میں برسوں لگ جاتے ہیں، اس لیے  
جہاں درخت لگانا ضروری ہیں، وہیں لوگوں میں درختوں کی حفاظت کا شعور بھی پیدا  
کرنے کی ضرورت ہے۔ سائنس دانوں نے خبردار کیا ہے کہ اگر ماحول میں  
کاربن کی شرح اسی طرح بڑھتی رہی تو دنیا کے بعض ممالک بارشوں کی کمی کے  
باعث خشک سالی اور بعض بارشوں کی زیادتی سے تب ہی کا شکار ہو جائیں گے۔

آلودگی ہماری رگوں میں دوڑتے ہوئے خون کی طرح ہمارے ماحول کا جزو بنتی جا رہی ہے، درحقیقت یہ وہ بیماری ہے جو خاموش قاتل کی طرح ہمارے ماحول کو دیمک کی طرح چاٹ رہی ہے۔ درخت کاٹنے کا رجحان ہمارے ملک میں ہی نہیں ہے بلکہ دنیا بھر میں روزانہ کروڑوں کی تعداد میں درختوں کا صفایا کر دیا جاتا ہے۔ جنگلات ختم کر کے نئی بستیاں آباد کی جا رہی ہیں، جنگلات میں کمی کے سبب موسم میں جو تبدیلیاں رونما ہو رہی ہیں، ان کو ماہرین ارضیات نے بھی خطرے سے تعبیر کیا ہے۔ اگر جنگلات ختم ہو گئے تو حیوانی زندگی کا وجود بھی ختم ہو جائے گا۔

پاکستان میں درختوں کی کٹائی کی شرح دنیا میں دوسرے نمبر پر ہے اور ماہرین نے خبردار کیا ہے کہ اگر

جنگلات کی کٹائی کا یہ سلسلہ اسی طرح جاری رہا تو سال 2020ء تک پاکستان میں درخت عملی طور پر ناپید ہو جائیں گے۔ حکومت کا دعویٰ ہے کہ پاکستان میں جنگلات کے رقبے چار اعشاریہ آٹھ سے پانچ اعشاریہ سات فیصد تک بڑھانے کی کوشش کی جا رہی ہے، کسی ملک کی متوازن معیشت کے لیے ضروری ہے کہ اس کے تین فیصد رقبے پر جنگلات ہوں۔ لیکن سرکاری اعداد و شمار کے مطابق پاکستان کے کل رقبے کا صرف لگ بھگ پانچ فیصد جنگلات پر مشتمل ہے۔ جبکہ غیر سرکاری حلقوں کے مطابق پاکستان کے پاس صرف تین فیصد جنگلات باقی ہیں۔ ان میں سے بھی ہر سال تقریباً آٹا لیس ہزار ہیکٹر جنگل غائب ہو رہا ہے۔ جنگلات ماحول کو درپیش کئی مسائل کا حل فراہم

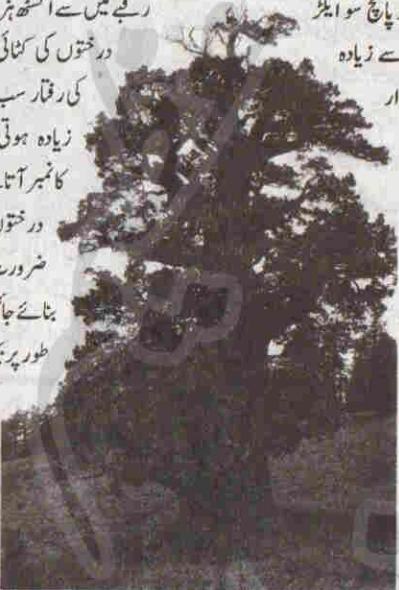
## ماحولیاتی تبدیلیاں پاکستان کی مشکلات میں اضافے کا باعث

گزشتہ کچھ سالوں میں پاکستان میں ماحولیاتی تبدیلیوں کے باعث شدید بارشوں اور سیلاب جیسی قدرتی آفات بڑے پیمانے پر تباہی کا باعث بنیں لیکن ماہرین نے متنبہ کیا ہے کہ ماحولیاتی تبدیلیاں آنے والے دنوں میں بھی پاکستان کے لیے مزید مشکلات کا باعث بنیں گی اور رواں سال کے دوران بھی سیلاب خشک سالی اور انتہائی گرم موسم جیسی ماحولیاتی تبدیلیوں کا سامنا کرنا ہو گا۔ امریکی خبر رساں ایجنسی نے خبردار کیا ہے کہ 2012ء میں بھی ماحولیاتی تبدیلیوں کے اثرات نمایاں رہیں گے جس کے باعث گرمیوں میں شدید گرمی، اچانک تیز بارش اور طویل عرصے تک خشک سالی جیسے غیر متوقع موسمی حالات کا سامنا کرنا پڑے گا۔ ماحولیاتی تبدیلیوں کے اثرات ابھی سے نمایاں ہو رہے ہیں اور ملک میں ایک لیے عرصے سے جاری خشک سالی صحت پر بھی منفی اثرات مرتب کر رہی ہے۔ رواں سال میں ملک کے مختلف علاقوں میں کم عرصے میں تیز بارشوں کا امکان ہے جو سیلاب کا باعث بن سکتے ہیں اور طویل خشک سالی سے ملک کے بعض علاقوں میں خوراک کی کمی ہو سکتی ہے۔ ماحولیاتی تبدیلیوں کے اثرات سے نہروہ آزما ہونے کے لیے پاکستان مکمل طور پر تیار نہیں ہے۔ تریلا اور منگلا ڈیم میں پانی ذخیرہ کرنے کی صلاحیت میں کمی آئی ہے جبکہ موسمی تبدیلیوں کے باعث سیلاب اور خشک سالی کے اثرات کو کم کرنے کے لیے نئے آبی ذخائر بھی تعمیر نہیں کئے جاسکیں ہیں۔ بہت سے ملکوں نے ماحولیاتی تبدیلیوں کو دیکھتے ہوئے بڑے بڑے ذخائر بنالیے ہیں، یہ ذخائر سیلاب سے بھی بچاتے ہیں اور ضرورت کے وقت جب بارش نہیں ہوتی ہے تو پانی بھی فراہم کرتے ہیں۔ پاکستان کے پاس صرف 30 دن کا پانی ذخیرہ کرنے کی صلاحیت ہے جبکہ ہمسایہ ملک بھارت 6 ماہ تک کے لیے اور چین ایک سال تک کا پانی ذخیرہ کر سکتا ہے۔

## دنیا کا تیسرا بڑا اور قدیم ترین جنگل تباہی کے دہانے پر...

بلوچستان کے ضلع زیارت میں صنوبر کے پانچ ہزار سال سے زائد قدیم جنگلات غیر قانونی کٹائی اور متعلقہ حکام کی عدم توجہی کے باعث تباہی کے دہانے تک پہنچ گئے ہیں۔ صنوبر (جونپر) سب سے زیادہ ست رفتاری سے بڑھنے والا درخت ہے۔ زیارت، بلوچستان میں صنوبر کا جنگل دنیا کا تیسرا بڑا جنگل ہے، جس کے بارے میں بتایا جاتا ہے کہ یہاں کے بہت سارے درختوں نے حضرت عیسیٰ علیہ السلام، حضرت موسیٰ علیہ السلام، بلکہ حضرت ابراہیم علیہ السلام کا زمانہ بھی دیکھا ہو گا۔

WWF کی رپورٹ میں بتایا گیا ہے کہ قیام پاکستان کے وقت سے اب تک جنگلات اور درختوں سے بچے ہوئے ایک لاکھ اکیاون ہزار پانچ سو ایکڑ کی کٹائی ہو چکی ہے۔ سب سے زیادہ ہوئی جہاں درختوں کی پیداوار درختوں کی کٹائی سب سے بلوچستان اور پھر خیبر پختونخوا عمل سب سے کم ہے۔ رفتار کو روکنے کی اشد کے تحفظات کے تحت قانون جائے۔ نئی نسل اور خاص دوستی کا رشتہ پیدا کرنے کی ہونے والے ہر بچے کے نام کا قدیم مصری تہذیب میں پیدا ہونے والی تھی تو اس کے نام جاتے تھے جو اس بچی کے



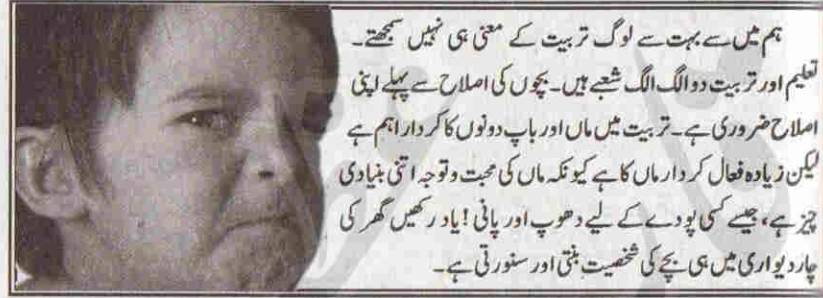
کرتے ہیں۔ مثلاً جنگلات، فضا میں کاربن ڈی آکسائیڈ کی بڑھتی ہوئی مقدار کو جذب کرنے کی صلاحیت رکھتے ہیں۔ سائنس دان کہتے ہیں کہ ایک درخت سالانہ 6 ٹن کاربن ڈی آکسائیڈ جذب کرتا ہے اور اسے آکسیجن چھوڑتا ہے۔ جنگلات کی حفاظت اور ان کے رقبے میں اضافہ کرنا پاکستان کی بنیادی ضرورت بن چکا ہے۔ گلوبل وارمنگ کی وجہ سے بارش کی مقدار اور اوقات میں جو کمندہ تبدیلیاں

آ رہی ہیں ان کے نقصان دہ اثرات کو ذرا کم کرنے کے لیے جنگلات کا موجودہ رقبہ کافی نہیں ہو گا اور جیسا کہ ہم دیکھ رہے ہیں پاکستان کے موسموں میں نمایاں اور تباہ کن تبدیلی آچکی ہے۔ درختوں کی بے دریغ کٹائی کا سب سے زیادہ نقصان پاکستان کی زراعت کو ہوتا ہے کہ درختوں کی کٹائی کی وجہ سے ان درختوں کی جڑیں مر جاتی ہیں، یوں مٹی پر ان کی گرفت نہیں رہتی جس سے دریاؤں اور ندی

# بچوں کے بگڑنے میں

”اتنی اچھی تربیت کی ہے، سب تعریف کرتے ہیں لیکن اچانک شرارتی ہو جاتا ہے، دوسروں کے سامنے شرمندہ کر دیتا ہے۔“

”میرے بچے بہت تنگ کرتے ہیں۔ اسکول سے رات تک ان کے ساتھ ہوتے ہیں پھر بھی ہماری یہ بات نہیں سمجھتے۔“

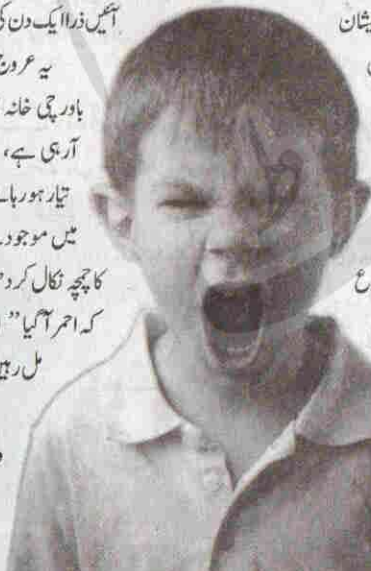


ہم میں سے بہت سے لوگ تربیت کے معنی ہی نہیں سمجھتے۔ تعلیم اور تربیت دو الگ الگ شعبے ہیں۔ بچوں کی اصلاح سے پہلے اپنی اصلاح ضروری ہے۔ تربیت میں ماں اور باپ دونوں کا کردار اہم ہے لیکن زیادہ فعال کردار ماں کا ہے کیونکہ ماں کی محبت و توجہ اتنی بنیادی چیز ہے، جیسے کسی پودے کے لیے دھوپ اور پانی! یاد رکھیں گھر کی چادر یواری میں ہی بچے کی شخصیت بنتی اور سنورتی ہے۔

مدرسہ، مدرسہ سے ٹیوشن! مغرب کے بعد گھر نہیں سنتے۔ ایسی تمام ماؤں سے میرا یہ سوال ہے کہ کیا آتے ہیں، گھر آکر بجائے آرام سے بیٹھنے کے ایسی دھماچو کڑی پچاتے ہیں کہ سارا گھر سر اٹھائیتے ہیں۔ کتنا ہی باپ کا ڈراوا دوں، سنتے ہی نہیں۔“



اکثر ماں اپنے بچوں کے لیے پریشان رہتی ہیں کہ بچہ چین نہیں لینے دیتا۔ سکون نام کی چیز نہیں۔ بچے بڑے ہوں یا ہونے! اکثر کی مایں شکوہ کناں دکھائی دیتی ہیں۔ بعض اوقات واقعی بچے اتنا اگ کرتے ہیں کہ بہت سی مایں پریشان ہو کر ڈانٹنا، ماننا، کوسنا اور طعنے دینا شروع کر دیتی ہیں۔ دیکھا گیا ہے کہ اکثر خواتین مائدان کی کوئی بھی عورت ملے اس سے اپنے بچوں کی ثابت شروع کر دیتی



آئیں ذرا ایک دن کی روشنی پر نگاہ ڈالیں۔ یہ عروج کا گھر ہے۔ صبح صبح ہی باورچی خانہ میں کھٹ پٹ کی آواز آرہی ہے، باورچی خانہ میں تاشٹ تیار ہو رہا ہے۔ برتنوں کا ڈھیر سبک میں موجود ہے۔ جلدی جلدی تلنے کا چچہ نکال کر دھو کر خشک کر رہی ہے کہ احمر آگیا” امی میری جرابیں نہیں مل رہیں....“

”جینا راز میں دیکھو وہیں ہوں گی۔“

ناولوں کے کناروں پر لینڈ سلائیڈنگ بڑھ جاتی ہے چنانچہ کم از کم پچاس سالوں میں پیداوار کے قابل ہونے والی مٹی دریائوں اور ندی نالوں کی خوراک بن جاتی ہے۔

عالمی جریدے سائنٹفک امریکن میں شائع ہونے والے ایک مضمون میں بتایا گیا ہے کہ 2010ء کے دوران پاکستان میں آنے والا تباہ کن سیلاب بھی ملک میں ہونے والی ماحولیاتی خرابیوں اور تبدیلیوں کا نتیجہ تھا۔ جنگلات کے کم ہونے سے بارشوں کا پانی تیزی سے پہاڑوں کی ڈھلوانوں سے میدان علاقوں کا رخ کرتا ہے اور اپنے ساتھ زر خیز مٹی بہا لے جاتا ہے جبکہ پتھر، ریت و بگری پر مشتمل یہ سیلابی پانی زرخیز اراضی کو ناکارہ بھی بنا دیتا ہے۔ گزشتہ چھ برس کے دوران جنگلات نہ ہونے کی وجہ سے ندی نالے اور زرعی مقاصد کے لیے تعمیر کی گئیں آبی گزر گاہیں تباہ ہوئی ہیں۔ سیلاب کا پانی دریائوں کی گھٹائش سے زیادہ ہونے کی وجہ سے قریبی و ملحقہ آبادیوں کو بھی متاثر کرتا ہے، دریائوں کے کناروں اور آبی گزر گاہوں

ایک پودے کو درخت بننے میں برسوں لگ جاتے ہیں اس لیے جہاں درخت لگانا ضروری ہیں، وہاں لوگوں میں درختوں کی حفاظت کا شعور بھی پیدا کرنے کی ضرورت ہے۔

## معروف عالم دین اور سیاستدان پروفیسر شاہ فرید الحق انتقال کر گئے

معروف عالم و مدرس اور جمعیت علمائے پاکستان کے سابق صدر پروفیسر شاہ فرید الحق طویل علالت کے بعد 26 دسمبر 2011ء کی شام اسی برس کی عمر میں انتقال کر گئے۔

اِنَّ اللّٰهَ وَاَنَا لِيَه رَاجِعُونَ

پروفیسر شاہ فرید الحق بھارتی ریاست یوپی کے ضلع اعظم گڑھ میں پیدا ہوئے۔ علی گڑھ یونیورسٹی سے سیاسیات میں ایم اے کیا۔ قیام پاکستان کے بعد ہجرت کر کے کراچی آ گئے۔ یہاں انہوں نے اسلامیہ کالج، نیشنل کالج، جامعہ ملیہ کالج اور لیاقت کالج وغیرہ میں درس و تدریس کے فرائض سرانجام دیے۔ لیاقت کالج ملیہ کے وہ بانی بھی تھے اور پرنسپل بھی۔ ان کی کتاب ”دساتیر عالم“ جامعہ کراچی میں علم سیاسیات کے نصاب کا حصہ ہے۔ پروفیسر شاہ فرید الحق نے حضرت احمد رضا خاں بریلوی کی تفسیر ”کنز الایمان“ کا انگریزی زبان میں ترجمہ کیا۔



دودھ گرتے گرتے بچا کہ آمنہ آگئی۔ ”امی میرا اسکارف استری نہیں ہے۔“

”بیٹا بیکو بہانہ جاؤ رات کو استری کروں گی۔“

”امی کل بھی بغیر استری کے پہن کر گئی تھی۔ میڈم نے لائن سے باہر نکال دیا اور پورا ایک پیئریڈ دھوپ میں کھڑا کر دیا۔“

”اب میں ناشتہ تیار کروں یا استری کر کے دوں؟ اچھا تم چلو میں ناشتہ میز پر رکھ کر استری کرتی ہوں، زینب کو اٹھا دیا۔“

”نہیں امی وہ نہیں اٹھ رہی۔“

”زینب ارپے زینب اٹھو دیر ہو رہی ہے وین آجائے گی۔“

اتنے میں احمر پھر آگیا ”امی میری جرابیں نہیں مل رہی ہیں، ساری دراز خالی کر دی۔“

”لفت کیا مصیبت ہے! سارے کمرہ میں پھیل دیا

سلمان! ارے بھائی کالی والی بہن جاؤ۔“

”امی وہ تو آپ نے بھگو کر رکھی ہوئی ہیں ہاتھ روم میں۔“

”میرے خدا! ایک میری جان کیا کروں۔ اری زینب اٹھتی ہے یا نہیں؟ وہ ہاتھ لگاؤں؟ نواب زادی کی صبح نہیں ہو رہی ہے۔“

اب دودھ ہاتھ زینب کے لگے، وہ روتی ہوئی اٹھی۔

بارہنجی خانہ میں چائے اہل اہل کر گھر رہی ہے۔

زینب روتے روتے تیار ہو رہی ہے ”امی میرے ناخن نہیں کٹے ہوئے۔“

آمنہ پھر آگئی

”ارے مصیبتوں ذرا سادہ

ارے مصیبتوں ذرا سادہ

لو، ناشتہ کرو، پھر کلاٹ دیتی ہوں۔“

اور اس ہی بھونچال میں وین آگئی۔

عروج کے شوہر شوہر براشت کرتے رہے۔ آخر اٹھ کر باہر آگئے اور ناراض ہونے لگے۔ بچوں نے آدھا کھایا ہو ناشتہ چھوڑا اور وین کے لیے بھاگے۔ اب پیچھے آوازیں دی جاری ہیں کہ

”ارے پیسے رکھ لو وہاں بہنوں کے ساتھ چیز کھالینا۔“

اسی افرا تفری میں آمنہ بغیر ناخن کٹے، احمر رنگین جرابوں اور زینب صبح ڈانٹ کی وجہ سے بغیر ناشتہ کیے اسکول چلی گئی۔

ایسی صورت حال بہت سے گھروں میں دیکھنے کو مل جائے گی۔ آپ کے ساتھ ایسا ہو اور آپ کے شوہر آپ کو پھوپھو بڑا اور اڑھلا کہیں تو آپ جواب دے کر لڑائی کا آغاز کریں گی یا بچہ رہ کر بچن میں جا کر آنسو بہائیں گی۔؟؟

عروج کے گھر کا نقشہ شاید بہت سے گھروں کا ہے۔ اکثر کو کم و بیش یہ صورت حال پیش آتی ہے۔

لیکن آپ نے غور کیا غلطی کیا اور کہاں ہوئی۔۔۔

بچے ایک آواز میں کبھی نہیں اٹھتے اور خاص کر سردی کے موسم میں۔ آپ آڑھے گھٹنے سے اٹھ رہی ہیں اور بچے اٹھ نہیں رہے، اس سے آپ کا غصہ بڑھے گا اور آواز میں تیزی آئے گی۔ اس دوران اگر آپ اپنے شوہر سے شکایت کریں گی تو وہ یا تو بچوں کو ڈانٹیں گے یا پٹائی کر دیں گے اور بچے روتے دھوتے بغیر ناشتہ کیے گھر سے روانہ ہو جائیں گے۔ اس سے ماں باپ کے درمیان دوری ہوگی اور بچہ کی محنت اور کارکردگی دونوں متاثر ہوں گی۔

اچھی ماں کی نشانی یہی ہے کہ وہ وقت سے پہلے اٹھے سب کام ترتیب اور طریقے سے کرے۔ آپ بھی رات کو ہی استری کر کے جوتے، جرابیں، بیگ ایک جگہ رکھ کر سوئیے۔ اس طرح صبح اٹھ کر استری، پالش کے چکر سے

روانہ ہو جائیں گے۔ اس سے ماں باپ کے درمیان دوری ہوگی اور بچہ کی محنت اور کارکردگی دونوں متاثر ہوں گی۔

اچھی ماں کی نشانی یہی ہے کہ وہ وقت سے پہلے اٹھے سب کام ترتیب اور طریقے سے کرے۔ آپ بھی رات کو ہی استری کر کے جوتے، جرابیں، بیگ ایک جگہ رکھ کر سوئیے۔ اس طرح صبح اٹھ کر استری، پالش کے چکر سے

روانہ ہو جائیں گے۔ اس سے ماں باپ کے درمیان دوری ہوگی اور بچہ کی محنت اور کارکردگی دونوں متاثر ہوں گی۔

روانہ ہو جائیں گے۔ اس سے ماں باپ کے درمیان دوری ہوگی اور بچہ کی محنت اور کارکردگی دونوں متاثر ہوں گی۔

بچ جائیں گی۔۔۔۔ اب صرف ناشتہ اور لٹچ تیار کرنا ہے۔ بچہ بھی ذہنی طور پر مطمئن کہ میری سب چیزیں تیار ہیں۔ ایک ساتھ سب کام کرنے سے کچھ بھی ٹھیک نہیں ہوتا اور غنیش بڑھتی ہے جس سے صبح کام بھی غلط ہو جاتے ہیں۔

صبح اٹھنے کے لیے ضروری ہے کہ بچوں کو رات دس بجے کے بعد کوئی ٹی وی پروگرام دیکھنے نہ دیں۔ اب آپ نے دوپہر کے وقت بچے اسکول سے آئے نہیں کہ آپ نے آوازیں لگانا شروع کر دیں۔ کپڑے بدلو، منہ دھولو، کھانا کھاؤ، ٹی وی نہ کھولو، بیگ جگہ پر رکھ دو وغیرہ۔ بچے آپ کے پاس آکر پورے دن کا احوال سنانا چاہے گا لیکن آپ باورچی خانہ میں مصروف ہیں۔ آپ یا تو سٹیں گی یا پھر کہیں گی کہ رات کو سن لوں گی، لیکن جب وہ زیادہ اصرار کرے گا تو آپ جھڑک دیں گی ”ارے بھی میں بھاگی تو نہیں جا رہی ہوں صبر کرو۔ آتے ہی بولنا شروع کر دیا۔ سارا وقت اسکول بھی گزار کر آئے ہو گھر میں تو چین لو۔“

رات کو آپ اپنے کاموں سے جب فارغ ہوں گی، جب بچہ سو چکا ہو گا اور اناجہ میں نے ایسی کیا بات ہے جس کو وہ آپ کو سنانا چاہتا تھا۔ جس بات کو آپ معمولی سمجھ رہی ہوں وہ معمولی ہر گز نہ ہو۔ کتنے بچے اس طرح بری صحبت کا شکار ہو جاتے ہیں۔ آپ یہ دیکھیں کہ بچہ آپ سے چھ سات گھنٹے دور رہتا ہے وہ آپ کو بس کر رہا تھا۔ اب وہ آکر آپ کی توجہ چاہے اور آپ اس کو نہ ملیں تو وہ رونے لگا، ضد کرے گا اور چیز چڑچڑا کر کا مظاہرہ کرے گا۔

ہم میں سے اکثر بچے یہ بھول جاتی ہیں کہ بچے آخر بچے ہی تو ہے۔ اس کے مسائل بے شک آپ کے لیے چھوٹے ہوں گے، لیکن اس کے لیے تو بہت بڑے ہیں۔ غلطی آپ کی ہے کہ ان چھ گھنٹوں میں آپ نے سارے کام کیوں نہیں نبھالیے۔ دراصل شوہر اور بچوں کے چھینچے کے بعد آپ کرسیدھی کرنے لپٹیں تو زیادہ دیر سو گئیں، لہذا

ہم میں سے اکثر والدین اپنے آنے والے بڑھاپے کو بھول جاتے ہیں، جب ہم ان کی ذرا سی توجہ کے طالب ہوں گے، اور شاید پھر ان کے پاس دو گھنٹی بات کے لیے وقت نہیں ہو گا۔۔۔۔۔ آج کی نسل کئی گھنٹے کمپیوٹر کے آگے چینٹنگ میں وقت گزار دیتی ہے۔ تب والدین کو یاد آتا ہے کہ جوانی میں سارا وقت کاموں میں گزار دیا، ان کے لیے وقت نکال نہیں پائے تھے۔ آسانٹوں کے ڈھیر لگا دیے لیکن اپنا آپ نہیں دیا۔

دوپہر سے مغرب تک بچہ ٹیوشن اور بدرسہ چلا گیا یوں وہ ایک بار پھر گھر سے دور ہو گیا۔ مغرب کے بعد وہ گھر میں داخل ہوتے ہی، بھوک بھوک کے نعرے لگائے گا یا کھیل کود اور شور مچائے گا۔ اس وقت آپ رات کے کھانے کی تیاری

کھانے کی تیاری

ہیں، آپ

ہیں، آپ

ہیں، آپ

ہیں، آپ

سارے کاموں میں دیر ہو گئی یا پھر ٹیلی فون پر یا پھر پڑوس سے باتیں کرنے میں وقت ضائع ہو گیا۔ ٹی وی پر کوکنگ کا پروگرام دیکھتے دیکھتے کوئی اور چینل دیکھنے میں وقت گزر گیا، یا پھر آپ کے کاموں کی ترتیب ہی درست نہیں تھی۔

کھانا کھلاتے وقت سب کی باتیں سٹیں۔ بچوں کو احساس دلائیں کہ جب ایک بھائی یا بہن بات ختم کرے تو دوسرے کی بات سٹیں گی۔۔۔۔ اس طرح بچوں کو آپ میں ایک دوسرے کا احترام سکھائیں۔ پیار سے سمجھائیں۔ ورنہ یاد رکھیں یہی بچے جب آپ کی توجہ نہیں ملے گی تو کسی اور جگہ پناہ ڈھونڈے گا۔

ہم میں سے اکثر والدین اپنے آنے والے بڑھاپے کو بھول جاتے ہیں، جب ہم ان کی ذرا سی توجہ کے طالب ہوں گے، اور شاید پھر ان کے پاس دو گھنٹی بات کے لیے وقت نہیں ہو گا۔۔۔۔۔ آج کی نسل کئی گھنٹے کمپیوٹر کے آگے چینٹنگ میں وقت گزار دیتی ہے۔ تب والدین کو یاد آتا ہے کہ جوانی میں سارا وقت کاموں میں گزار دیا، ان کے لیے وقت نکال نہیں پائے تھے۔ آسانٹوں کے ڈھیر لگا دیے لیکن اپنا آپ نہیں دیا۔

دوپہر سے مغرب تک بچہ ٹیوشن اور بدرسہ چلا گیا یوں وہ ایک بار پھر گھر سے دور ہو گیا۔ مغرب کے بعد وہ گھر میں داخل ہوتے ہی، بھوک بھوک کے نعرے لگائے گا یا کھیل کود اور شور مچائے گا۔ اس وقت آپ رات کے کھانے کی تیاری

کھانے کی تیاری

ہیں، آپ

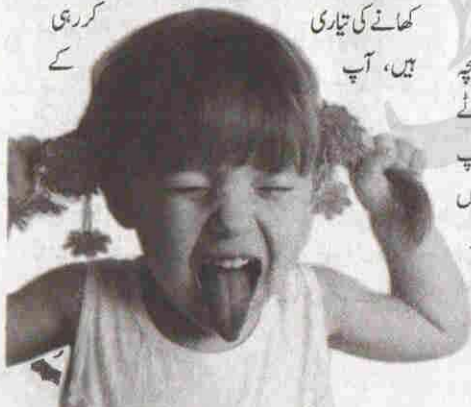
ہیں، آپ

ہیں، آپ

ہیں، آپ

ہیں، آپ

ہیں، آپ



شوہر کے آنے کا وقت بھی ہے۔ بچے یا توئی وی کا ولیم تیز کر کے پروگرام دیکھ رہا ہے یا کرے میں انجمن کو، بچیوں کے بال بے ترتیب ہیں، لڑکوں کے منہ نہیں دھلے ہوئے اور آپ چیخ رہی ہیں آنے دو تمہارے پاپا کو لیکس مار لگواؤں گی کہ یاد رکھو گے۔ میں عاجز آگئی ہوں تمہاری بد تمیزیوں سے....“

بچے یا تو باہر کھیلنے چلے جائیں گے یا پھر آپ کی باتوں پر دھیان نہیں دیں گے۔ لیجئے شوہر نامہ ار کے آنے کا وقت بھی ہو گیا۔ وہ باہر دو بچوں کو دوسرے بچوں سے لڑتے دیکھ کر کچل کر لارہے ہیں، گھر میں ٹی وی کا ولیم تیز ہے۔ کوئی بے ہودہ سا ڈانس ہو رہا ہے اور بچے دیکھ رہے ہیں۔ بیگم کی آواز باہر تک آرہی ہے۔ آفس کی تھکاوٹ اور ٹریفک میں کافی دیر پھنسے رہنے کی وجہ سے سر درد سے پھٹ رہا ہے اور پھر سے گھر کی وہی بے ترتیبی....

بیوی کو جس حلیہ میں جس جگہ چھوڑ گئے تھے، شام کو بھی اسی حلیے میں ملتی ہے تو جھنجھلاہٹ مزید بڑھ جاتی ہے۔ بچوں کے خلاف سرزنش کرتے ہیں تو بیوی جو پہلے سے ہی عاجز ہے، تنگ کر جواب دیتی ہے اور یوں محاذ کھل جاتا ہے یا پھر وہ بچوں کی شکایت لگانا شروع کرتی ہیں۔ بالفرض آپ نے ایسی صورت حال میں سب کو ڈانٹ کر ان کے کمروں میں بھیج دیا، اس طرح سکون تو ہو گیا لیکن اس سکون میں بھی بہت سے طوفان چھپے ہوئے ہیں، جو وقت گزرنے کے بعد سامنے آسکتے ہیں۔ ایسی ہی صورت حال سے گھبر کر بعض شوہر رات دیر سے گھر میں آتے ہیں۔

رات کو کھانا کھا کر سب ڈرامہ دیکھنے بیٹھ گئے یا پھر بچے سو گیا۔ آپ نے سب کو اپنی اپنی جگہ پر لٹایا۔ اس وقت اندر کی مٹاؤ آئی۔ ماں تو ماں ہے! سوتے ہوئے بچوں کو بیدار کرے گی، اس وقت اس کی مٹاؤ تو تسکین ہوگی لیکن بچوں کو کیا پتہ ہے۔ امی نے ان کو کتنا بیدار کیا۔ اس وقت آپ کو یاد آئے گا کہ یہ اسکول سے آتے ہی مجھ سے کوئی

ضروری بات کر رہی تھی اور میں نے سنا نہیں۔ اب دل کو ہر طرح سے تسلی دے رہی ہیں، اسکول کی کوئی بات ہوگی، سہیلی کی ہوگی وغیرہ.... اگر آپ اس وقت بچوں کی باتیں سن لیں گی تو سمجھیں کہ ان کے دل کا برتن خالی ہو گیا۔ اب اس کے دل کے برتن میں آپ کے لیے جگہ ہے، آپ جو کچھ نصیحت کریں گی، وہ اس کے دل میں جگہ بنا لے گی۔

بچے رپوٹ نہیں جو ہمارے اشارے سے چلیں۔ بے شک ایک چڑچڑائی سا ارادہ بہت سا کام کاج کرتی ہے، اپنا آپ مارتی ہے لیکن اس کی محنت اس وقت رائیگاں چلی جاتی ہے جب وہ کھانا اپنے بچوں کے آگے رکھ کر اٹھ جاتی ہے۔ ہم میں سے بہت سے لوگ تربیت کے معنی ہی نہیں سمجھتے۔ تعلیم اور تربیت دو الگ الگ شعبے ہیں۔ بچوں کی اصلاح سے پہلے اپنی اصلاح ضروری ہے۔ تربیت میں ماں اور باپ دونوں کا کردار اہم ہے لیکن زیادہ فعال کردار ماں کا ہے کیونکہ ماں کی محبت و توجہ اتنی بنیادی چیز ہے، جیسے کسی پودے کے لیے دھوپ اور پانی یا پھر گھر کی چار دیواری میں ہی بچے کی شخصیت بنتی اور سنووتی ہے۔

عموماً دیکھنے میں آیا ہے کہ بچے پانچ سال کی عمر تک ہر قسم کی روک ٹوک سے آزاد ہوتا ہے۔ جیسے ہی پانچ سال کا ہو اس پر پابندی کا سلسلہ شروع ہو گیا، کیونکہ یہ عمر اس کے اسکول جانے کی ہے۔ اب تک جس بچے کو اتنا پیار، توجہ اور آزادی مل رہی تھی، اس کو گھورتی آنکھیں، ڈانٹ پھینک مارنے لگے تو وہ خود کو تنہا محسوس کرے گا اور سوچے گا کہ یہ میرے ساتھ کیا ہوا....؟ نتیجتاً بے وجہ خند، وقت بے وقت روناد ہونا یا کوئی ایسی حرکت کرے گا جس سے والدین کی توجہ حاصل ہو۔

پانچ سے دس سال کی عمر کے بچوں کو ہر وقت ڈانٹ ڈپٹ، مار پیٹ یا تو اسے باغی بنادے گی یا ان کے اندر کینہ و بغض کو ابھار دے گی۔ اس طرح سے بعض بچے یا تو مر بیٹھ

بن جاتے ہیں یا پھر گھر سے باہر پناہ ڈھونڈتے ہیں۔ یاد رہے یہی وہ عمر ہوتی ہے جب کہ بچے بلوغت کے مراحل سے گزر رہے ہوتے ہیں۔ ایسے میں غلط صحبت عمر بھر کا بچھتاوا بن جاتی ہے۔

اکثر بچے اس موقع پر بھی رویہ تبدیل کرتے ہیں جب کسی نئے سہمان کی آمد ہوتی ہے۔ اس وقت والدین کو بہت مناسب رویہ اختیار کرنا چاہیے، کیونکہ چھوٹا بچہ تو زیادہ تر سوتا رہتا ہے۔ اس وقت بڑے بچے کو اس کے بڑے ہونے کا احساس دلائیں، چھوٹے کا خیال رکھنا اور اس کے چھوٹے چھوٹے کاموں کی ذمہ داری لگائیں کہ سنے بھائی کی چیزیں لا کر دو، اس کو بتائیں کہ یہ بڑا ہو کر تمہارے ساتھ کھیلے گا اور دوسری باتیں جس سے اس کے اندر اپنے بھائی یا بہن کی محبت اجاگر ہو۔

اس کے علاوہ والدین جذبات کی رو میں بہہ کر ایک بچے کو تو مکمل آزادی دے دیتے ہیں اور دوسرے پر بے جا روک ٹوک کرتے ہیں۔ بہت سے والدین اس دور میں بھی بیٹے کو بیٹی پر فوقیت دیتے ہیں۔ کسی ڈیڑھ بچے کو شامیاشی دینا اور کم نمبر لانے والے بچے کو ہر وقت طنز کا نشانہ بنانے رکھنا... ایسے رویے بھی بہت سے والدین اپناتے ہوئے ہیں۔

اکثر جب بچے دس بارہ سال کے ہو جاتے ہیں تو والدین ان کو بڑا سمجھ کر نظر انداز کرتے ہیں۔ ان کے ہر کام میں تنقید، وہ کوئی کام خود سے کریں تو ان کو کہیں گے کہ تم کب سے بڑے ہو گئے اور اگر وہ پوچھیں تو طنز کریں کہ بڑے کب ہو گے۔ دراصل والدین خود ذہنی طور پر سمجھ نہیں پاتے وہ اس عمر کے بچوں کو بڑوں میں سمجھیں یا چھوٹوں میں... یہ رویے ان بچوں کی نفسیات کو تباہ کر دیتے ہیں۔ کیونکہ نہ تو وہ بالغوں میں شمار ہوتے ہیں اور نہ ہی بچوں میں.... اس مشکل مرحلے پر ان کو نظر انداز کرنا ان پر نفسیاتی ظلم ہے۔

بعض والدین اپنے بچوں کو جائز بات بھی کہتے نہیں دیتے۔ ایسے والدین کا رعب اتنا ہوتا ہے کہ فطری طور پر بچے ماں باپ سے دور ہو جاتے ہیں۔ ایسے والدین کا فیصلہ حرف آکر تصور کیا جاتا ہے۔ نتیجہ بچے والدین سے باغی ہو جاتے ہیں۔ وہ ہر کام والدین سے چھپ کر کرتے ہیں۔ ان کے دل میں یہ بات بیٹھ جاتی ہے کہ اگر والدین سے کسی کام کی اجازت مانگیں گے تو وہ ہر گز نہیں ملے گی۔ ایسے والدین کو چاہیے کہ گھر میں دوستانہ ماحول پیدا کریں، بچوں کو پیار و محبت سے اعتماد میں لیں اور ان کے ہر کام میں حوصلہ افزائی کریں۔ بچوں کے بگڑنے کا سب سے بڑا اور اہم سبب والدین کا بچوں کی تربیت سے کنارہ کش ہونا ہے۔ ماں اس لذت کی بڑی ذمہ دار ہے۔ اس لیے کہ ماں ولادت سے جوان ہونے تک قدم قدم پر بچے کے ساتھ ہوتی ہے۔

بچوں کو خوش رکھنے کا ہر گز یہ مطلب نہیں کہ مجھے کھلونے، ہوٹلنگ یا پیسے دینا بلکہ ان کے ساتھ کبھی کبھار کھیل میں شریک ہونا، کبھی کہانی سنانا، کبھی لطیفہ سنا کر ہنسانا ان کی حوصلہ افزائی کرنا ہے۔

بچوں کو وقت دیں، ان کے ساتھ بیٹھ کر چھوٹے چھوٹے مسائل پر گفتگو کریں، ان کے لیے اپنی مصروفیات میں سے وقت نکالیں، ان کو اپنی موجودگی کا احساس دلائیں، تاکہ ان کے دل میں والدین کی قدر ہو۔ ہم بچوں کے سامنے اپنی پریشانیوں کا رونا روتے ہیں مگر کبھی اپنی پریشانیوں سے نکل کر ان کے دل کی باتیں بھی ہمیں سننی چاہئیں۔ صرف اسکول بھیج دینے سے والدین کے سارے فرائض پورے نہیں ہو جاتے اور نہ ہی پیسہ آجانے سے بچوں میں تمیز و تہذیب آتی ہے۔ بچوں کو بنیادی طور پر آپ کے پیار و توجہ کی ضرورت ہے، ایسی توجہ ہی ان کو آپ کے قریب لانے گی۔



## آہ ارفع کریم....!

دنیا کی کم عمر ترین آئی ٹی پروفیشنل اور مائیکروسوفٹ کمپنی کی کم عمر کن ارفع کریم 26 یوم بے ہوشی میں مبتلا رہنے کے بعد خالق حقیقی سے جا ملی۔

ان اللہ وانا الیہ راجعون

فیصل آباد سے تعلق رکھنے والی 16 سالہ ارفع کریم نے 9 برس کی عمر میں امریکی سافٹ ویئر کمپنی مائیکروسوفٹ سے سافٹ ویئر انجینئر کی سند حاصل کر لی تھی۔ عالمی شہرت حاصل کرنے والی اس کم عمر طالبہ نے پاکستانی قوم کا سرفخر سے بلند کر دیا تھا۔



ارفع کریم کے اعزاز نے انھوں، مصیبتوں اور ناکامیوں سے دوچار قوم کو پیغام دیا تھا کہ نسل نو بڑی زرخیز ہے اور اقوام عالم میں اسے عزت و احترام کا بلند مقام دلا سکتی ہے۔ ارفع کریم کو رب کائنات نے ایک مختصر سی زندگی عطا کی تھی، لیکن اس نے مختصر سی زندگی میں ایک عظیم کارنامہ انجام دے کر قوم کو مسرت و شادمانی سے ہمکنار کیا تھا۔

ارفع کریم 2 فروری 1995ء میں فیصل آباد کے ایک گاؤں رمدے میں لیٹینٹ کرنل امجد کریم کے گھر پیدا ہوئیں اور اپنی زندگی کی پہلی دہائی مکمل کرنے سے قبل ہی دنیا کی کم عمر ترین مائیکروسوفٹ پروفیشنل کے طور پر مقبولیت کی معراج حاصل کر لی۔ ارفع کو صرف دس سال کی عمر میں پرائیڈ آف پرفارمنس ملا، جس کے حصول کے لیے لوگ ساری عمر گزار دیتے ہیں۔ 9 سال کی عمر میں کمپیوٹر کی دنیا پر کندھانے والی یہ بی بی نعت خوانی کا مقابلہ ہو یا بحث و مباحثہ ہو، وہ اپنے سے بڑی عمر کے لوگوں کو پیچھے چھوڑ جاتی تھی۔ یہی وجہ ہے کہ اسے اس وقت صدر آئی ایوارڈ کے علاوہ مادر ملت گولڈ میڈل اور سلام پاکستان یوتھ ایوارڈ 2005ء سے بھی نوازا گیا۔ ارفع پاکستان کی اس ہونہار اور باصلاحیت بی بی نے اپنی خداداد صلاحیت کے بل بوتے پر کمپیوٹر ٹیکنالوجی کے وسیع میدان میں اپنے نام کی طرح بلند مقام پایا۔ وہ بچپن سے ہی غیر معمولی صلاحیتوں کی وجہ سے باتوں کو سمجھنے اور محسوس کرنے میں کمال رکھتی تھی۔ جب اس نے اسکول میں پہلی دفعہ کمپیوٹر دیکھا تو گھر میں اس کی فرمائش کر دی۔ وہ اپنے اساتذہ کی نگرانی میں اسکول کی چھٹیوں میں صبح 9 بجے سے شام 5 بجے تک تحقیق کا کام کرتی تھی۔ یہ باکمال لڑکی اڑھائی سال کی عمر میں جس آواز کو سنتی تھی اسی کی کاپی کر لیتی تھی۔ اپنی وادی کی گود میں چھ کلمے یاد کر لینے والی ارفع نے کمپیوٹر کے عالمی امتحان میں کامیابی حاصل کر کے مائیکروسوفٹ سرٹیفائیڈ پروفیشنل ہونے کا اعزاز حاصل کر لیا تھا۔

ارفع کریم کا سانحہ ارتحال اس کے والدین اور اعزاء و اقارب کے ساتھ پوری پاکستانی قوم کے لیے گہرا صدمہ ہے۔ خالق کائنات ہی اس کائنات کے اسرار و رموز جانتا ہے، جس نے پاکستان کی ذہن، باصلاحیت اور کم عمر بی بی کو اپنے پاس بلا لیا ہے۔ بے مثال صلاحیتوں کی حامل ارفع کریم اس بات کی علامت تھی کہ اگر اس قوم کو اچھی قیادت اور صحیح نظام مل جائے تو یہ دنیا کی امامت و قیادت کی اہلیت رکھتی ہے۔

دن کا ایک نگرہا تھا۔ دھوپ کی شدت کی وجہ سے کہیں سناں تھیں۔ میں اپنے کمرے میں لیٹا اور اراہی سابق آئی جی پنجاب کی کام کرتے ہوئے 25 سال سے زیادہ کا عرصہ ہو گیا تھا۔ میں نے چائے کی پیالی اس کی طرف بڑھاتے ہوئے سوالیہ نظروں سے اس کی طرف دیکھا، وہ میرے سوال کو سمجھ گیا اور ایک عجیب و غریب مسکراہٹ کے ساتھ بولا۔

## مہمانِ عالم

## اعزازی گورکن!

ہوئی ایک کتاب پڑھ رہا تھا۔ بجلی گئی ہوئی تھی، گیٹ کی نے دستک دی۔ میں نے جب گیٹ کھولا تو اپنے سامنے وزیر خان کو دیکھ کر حیران رہ گیا۔ گرمی سے اس کا



بیدری صاحب! لوگ دولت کے انبار کیوں لگاتے ہیں۔ ہر شہر ہر ملک میں بڑی بڑی کوٹھیاں منگنے کیوں بناتے ہیں؟ میں وزیر خان کے اس سوال پر خاموش رہا۔

پینے سے اور ہور ہوا تھا۔ نے اسے اپنے ایک روم میں لایا اور بوتل سے اسے گلاس میں لے کر اس کی طرف بڑھا دیا، وہ پانی پی

فرانس وغیرہ میں بھی اس کی پر تعیش رہائش گاہیں تھیں۔ مغربی ملکوں کے بینکوں میں اس کے اربوں ڈالر جمع تھے۔ اس کے گھر پر نئی نئی گاڑیوں کا ایک قافلہ تھا، نوکروں مسلح گارڈوں کی بھینٹ تھی، اس کا بچھلے دنوں ہارٹ ایک سے انتقال ہو گیا۔ شہر کے ماہرین قلب کی ایک ٹیم اس کی جان بچانے کی سر توڑ کوشش کرتی رہی لیکن وہ اسے مرنے سے نہ بچا سکے۔ اس کے انتقال پر مل میں چھٹی کر دی گئی۔ وہ ایک دن پہلے بھلا چنگا تھا۔ میں ڈبل ڈیوٹی کرنے کی وجہ

### ظہیر اختر بیدری

میں حیران تھا کہ ایسی تیز سچ میں اسے 5-6 کلومیٹر دور تھا پیدل آ رہا۔ اس نے اسے محسوس ہوئی۔ میری توجہ ہے....؟ میں نے اس سے سوال کیا۔ ہاں خیریت ہے....! اس کے ہونٹوں پر ایک تلخ مسکراہٹ ابھری۔ وزیر خان مقامی صنعتی علاقے کی سب سے بڑی ٹیکسٹائل مل میں کام کرتا تھا۔ اسے اس مل میں

سے بہت تھکا ہوا تھا۔ اپنی مشین کے پاس میں دیوار سے ٹیک لگا کر تھوڑا سا آرام کر رہا تھا، سیٹھ کا دھر سے گزر ہوا، اس نے مجھے ایک زوردار ٹھوک لگائی، میں گھبرا کر کھڑا ہو گیا۔ یہاں کام کرنے آتے ہو یا آرام کرنے۔“

سیٹھ نے نفرت سے میری طرف دیکھتے ہوئے کہا۔ یہ نہ کوئی کہانی ہے، نہ افسانہ بلکہ ایک ایسی کھردری اور شرمناک حقیقت ہے، جس کا ہر مزدور کو ہر روز سامنا رہتا ہے۔

میں اپنے دوپٹے کے کونوں کے گھر میں بیٹھا ہوا تھا کہ اچانک میرے ذہن میں ایک عجیب و غریب خیال آیا۔ بالکل عجیب و غریب۔

میں تیزی سے اٹھا اور اپنے مل کے گیٹ پر پہنچ گیا۔ چوکیداروں سے میری دوستی تھی۔ میں نے ایک چوکیدار سے پوچھا۔ سیٹھ کون سے قبرستان میں دفن کیا جائے گا....؟ چوکیدار نے قبرستان کا نام بتایا اور یہ بھی بتایا کہ سیٹھ کی تدفین عصر میں ہوگی۔ میں گھبرا آیا، چائے پی اور اس قبرستان کی طرف چل پڑا، جس کو عموماً دولت مندوں کا قبرستان کہا جاتا تھا۔ میرے دل میں جانے کیوں یہ خواہش پیدا ہو گئی تھی کہ میں سیٹھ کی قبر اپنے ہاتھوں سے کھودوں....! کیا آپ میری اس خواہش کا کوئی مطلب یا مقصد بتا سکتے ہیں۔

میں حیرت سے وزیر خان کی باتیں سن رہا تھا۔ بیدری صاحب اس کی وجہ تو خود مجھے بھی نہیں معلوم۔ بہر حال میں قبرستان پہنچا اور جلد ہی اس قبر تک پہنچ گیا جو سیٹھ کے لیے کھودی جا رہی تھی۔ سخت گرمی تھی، میں نے گورکن کو سلام کیا۔ گورکن جو کافی تھکا ہوا معلوم ہوتا تھا، قبر سے باہر آیا۔ قبر بڑھ دو فٹ سے زیادہ گہری نہیں تھی، ابھی کافی کھدائی باقی تھی۔ میں نے گورکن سے کہا، بابا تم تھک گئے ہو، اگر تمہیں کوئی

اعراض نہ ہو تو باقی قبر میں کھودوں۔ عمر سیدہ تھکے ہوئے گورکن نے میری اس پیشکش پر دل ہی دل میں خدا کا شکر ادا کرتے ہوئے گینتی (کدال) میرے ہاتھ میں تھام دی۔ گینتی ہاتھ میں آتے ہی میری آنکھوں سے آنسو ڈھلک گئے۔ میری آنکھوں کے یہ آنسو غم کے تھے، خوشی کے، اس کا مجھے بالکل اندازہ نہ تھا۔ میں نے قبر کی کھدائی شروع کر دی۔ میں مشینوں پر کپڑا بناتا ہوں۔ قبر کی کھدائی جیسی محنت میں نہ کبھی نہ تھی، حتیٰ کہ میرا ایک پینا دوامین نہ ملنے سے جب مر گیا تو اس کی قبر بھی میں نے نہیں گورکن ہی نے کھودی تھی، لیکن آج خدا جانے مجھ میں کہاں سے اتنی جان آگئی تھی کہ میرے ہاتھ رُک ہی نہیں رہے تھے۔ گورکن حیرت سے مجھے دیکھ رہا تھا۔ اس نے دو تین مرتبہ مجھ سے کہا کہ میں اب تھوڑا آرام کروں، باقی قبر وہ کھولے گا۔

لیکن میں نے گورکن کو یقین دلایا کہ میں ذرا بھی نہیں تھکا ہوں۔ دھوپ تیز ہو رہی تھی، پسینے سے میرے کپڑے گیلے ہو گئے تھے لیکن میرے ہاتھ رُک ہی نہیں رہے تھے۔ کیا آپ بتا سکتے ہیں کہ میرے ہاتھوں میں اتنی طاقت کہاں سے آگئی تھی....؟ وزیر خان نے میری طرف دیکھتے ہوئے کہا، میں چپ رہا۔ وہ کہنے لگا۔ تم نے گھنٹے کی لگاتار کھدائی کے بعد قبر تیار ہو گئی۔ گورکن نے قبر میں انزک قبر کی گہرائی کا جائزہ لینے کے بعد کہا۔ وزیر خان قبر زیادہ گہری ہو گئی ہے۔ میں نے جانے کس خیال کے تحت کہا۔ بابا قبر کو اور زیادہ گہری ہونا تھا۔ پھر ہم دونوں قریب کے ایک نیم کے درخت کے سائے میں جا بیٹھے۔ گورکن نے اپنے شاپر سے روٹی نکالی ہم دونوں نے تھوڑی تھوڑی روٹی کھائی۔

عصر کے بعد جنازہ آیا۔ میں نے اپنا رومال اپنے چہرے پر باندھ لیا۔ قبرستان میں قیمتی کپڑوں میں لمبوس

بڑے بڑے لوگوں کا جھوم تھا لیکن سیٹھ اکیلا چٹائی کے بسز پر ڈولے میں لیٹا ہوا تھا۔

میں سوچ رہا تھا سیٹھ نے ہزاروں مزدوروں کو بھوکا مار کر کاروبار میں ہیر پھیر کر کے دولت کے جوہار ملکی اور غیر ملکی بینکوں میں جمع کر رکھے تھے، وہ کہاں ہیں۔

وہ کوٹھیاں، بنگلے کہاں ہیں جو سیٹھ نے پاکستان کے ہر بڑے شہر اور دنیا کے کئی بڑے شہروں میں لے رکھے تھے۔ قیمتی کاروں کا وہ بیڑہ کہاں ہے، وہ ملازمین اور مسلخ گارڈز کی فوج کہاں ہے جو اس کی کوٹھی پر سیٹھ کے اشارہ پر روکی منتظر ہوتی تھی۔

گورکن کی اجازت سے میں قبر میں اترا، سیٹھ کی میت کے نیچے چادریں دے کر سیٹھ کے بھاری جسم کو قبر میں اتارا گیا۔ میں نے سیٹھ کی لاش کو قبر میں لٹایا، سیٹھ کے مردہ جسم پر اس سفید لٹھے کا لباس تھا جو ہمارے مزدور

بناتے ہیں۔ لوگوں نے کہا آخری دیدار کراؤ۔ میں نے سیٹھ کی لاش کے چہرے سے کپڑا ہٹایا۔ کل تک نفرت سے مزدوروں کو دیکھنے والی آنکھیں بند تھیں۔

پھر سیٹھ کی قبر کو سینٹ کی سلیپوں سے بند کر دیا گیا۔ میں نے قبر کو مٹی سے ڈھانک دیا۔ مٹی پر پانی کا چھڑکاؤ کیا گیا۔ یہ پانی منزل وائر نہ تھا، مٹی سے آلودہ گند اپانی تھا۔ اس پر پھولوں کی چادریں ڈالی گئیں، پھر سارے لوگ چلے گئے۔

میں یہ عجیب و غریب کہانی آپ کو سنانا چاہتا تھا۔ اسی لیے میں اس حقیقی دھوپ میں آپ کے پاس آیا ہوں۔

میں حیرت سے وزیر خان کی طرف دیکھ رہا تھا۔ ایک اعزازی گورکن کی طرف جو حجت کی طرف دیکھ رہا تھا۔

(بشکریہ روزنامہ اسکیر میں)



## موبائل فون سے کانوں کی حالت پر اچھا اثر!

آسکفیم کی ایک حالیہ رپورٹ کے مطابق ترقی پذیر ممالک میں موبائل فون کے استعمال سے چھوٹے کسان فصلوں کی پیداوار دس فیصد سے زیادہ تک بڑھا سکتے ہیں۔ رپورٹ کے مطابق موبائل فون کے ذریعے کسان بینکنگ سہولت کا فائدہ اٹھا سکیں گے، جنوبی ایشیا اور افریقہ کے کئی ممالک میں اب لینڈ لائن کے بجائے موبائل سروس کا استعمال زیادہ ہوتا جا رہا ہے۔ بیشتر کسانوں اور تاجروں کے پاس موبائل فونز ہیں۔ اگر چھوٹے کسانوں کو موبائل فون کے ذریعے فصلوں کے بازار کے بھاؤ کی معلومات ہوں، موسم کی پیش گوئی کا علم ہو اور فون پر بینکنگ سہولت بھی موجود ہو تو انہیں کافی فائدہ ہو



سکتا ہے۔ رپورٹ کے مطابق اگر ایسا ہوتا ہے تو پیداوار دس فیصد سے زیادہ بڑھے گی اور خوردنی اشیاء کی قلت بھی کم ہو جائے گی۔ اقوام متحدہ کی جانب سے پہلے ہی خبردار کیا جا چکا ہے کہ 2015ء تک خوراک کی کمی کا شکار لوگوں کی تعداد میں پچاس فیصد کی کمی کرنے کی کوششوں میں خوراک کی بڑھتی قیمتیں سب سے بڑی رکاوٹ ہیں۔



# خواتین اور پبلک ٹرانسپورٹ کے مسائل

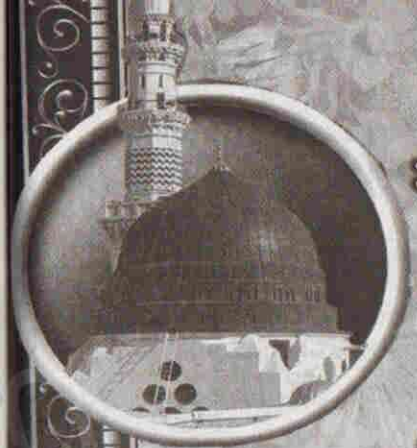
آج کے دور میں ہر عمر اور ہر طبقے کی خواتین کو روزانہ تعلیم، ملازمت، انٹرویو، بچوں کو اسکول سے لانے یا لے جانے یا پھر اکثر اوقات شاپنگ کے لیے نکلنا پڑتا ہے۔ اس کے علاوہ بہت سی خواتین ایسی ہیں جنہیں گھر کی ذمہ داریوں کے علاوہ اُن دیگر ذمہ داریوں سے بھی خود ہی عہدہ برآں ہونا پڑتا ہے جو پہلے مردوں کے ذمے تھیں۔ جن میں ہر طرح کے بلوں کی ادائیگی کے لیے گھر سے نکلنا بھی شامل ہے۔ لیکن گھر سے لے کر اپنی منزل تک پہنچنے کے دوران بہت سی خواتین کو جس ذہنی کرب سے گزرنا پڑتا ہے (چاہے وہ راستہ انہوں نے پیدل ہی کیوں نہ طے کیا ہو، یا پھر اپنی کار سے) وہ ہمارے

اسلامی اور مشرقی معاشرے کے لیے ایک سوالیہ نشان ہے۔ آج وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ خواتین کی بڑا تعداد نے تعلیم کے میدان میں اپنے قابلیت کو منوالیا ہے، جس کی وجہ سے زندگی کے بیشتر شعبوں میں خواتین مردوں کے شانہ بشا خدمات انجام دے رہی ہیں۔ لیکن اس کی انہیں ہر قدم پر قیمت بھرنی پڑتی ہے۔ ایک بہت سے مردوں نے اپنے پیشتر ذمہ داریاں بھی ان کے ہی سپرد کر دی ہیں، دوسرے بعض مردوں نے خواتین کے لیے عزت احترام کے رویوں میں بہت کمی کر دی ہے۔ معاشرتی ارتقاء

گھر کی ذمہ داریوں کے علاوہ اُن دیگر ذمہ داریوں سے بھی خود ہی عہدہ برآں ہونا پڑتا ہے جو پہلے مردوں کے ذمے تھیں۔ جن میں ہر طرح کے بلوں کی ادائیگی کے لیے گھر سے نکلنا بھی شامل ہے۔ لیکن گھر سے لے کر اپنی منزل تک پہنچنے کے دوران بہت سی خواتین کو جس ذہنی کرب سے گزرنا پڑتا ہے (چاہے وہ راستہ انہوں نے پیدل ہی کیوں نہ طے کیا ہو، یا پھر اپنی کار سے) وہ ہمارے



فروری ۲۰۱۲ء



رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

”انسان اپنے دوست

کے دین پر ہوتا ہے۔ پس

دیکھنا چاہیے کہ کس سے دوستی کرنا ہے۔“

(کنز العمال)

مراقبہ پال عجمان

عجمان: 00971-6-7474135

مصطفیٰ: 00971-50-4643584

شاہد: 00971-50-9788206

اور تعلیم نے جہاں اکثر خواتین کو ذہنی طور پر بہت باشعور بنا دیا ہے، وہاں یہ دیکھ کر بہت افسوس ہوتا ہے کہ کچھ مرد ذہنی اور اخلاقی طور پر پستی کی طرف جا رہے ہیں۔

روزانہ صبح ہی صبح طالبات جن میں اسکول کی ننھی منی بچیوں سے لے کر کالج اور یونیورسٹی کی لڑکیاں بھی شامل ہیں، پیدل چل رہی ہوں تو راہ چلنے لنگھوں کی چھیڑ چھاڑ سے لے کر بظاہر شریف اور تعلیم یافتہ نظر آنے والے مردوں کی نظروں سے بچتی بچاتی جب اپنی درگاہ پہنچتی ہیں تو ذہنی کوفت سے ان کی پڑھائی متاثر ہوتی ہے۔ بعض مرتبہ تو نوبت چھیڑ چھاڑ اور بے ہودہ جھٹل بازی سے بڑھ کر پیچھا کرنے تک آجاتی ہے۔ اسی طرح اسکول، کالج اور یونیورسٹی سے واپسی پر گاڑی میں لفٹ دینے کی پیش کش کرنے والے بھی پریشانی کا سبب بنتے ہیں۔ اکثر لڑکیاں روزانہ اس قسم کی ذہنی پریشائیاں برداشت کرتی رہتی ہیں، لیکن گھروں میں اس لیے بتانے سے گھبراتی ہیں کہ بہت سے گھروں میں آج بھی یہی جواب دیا جائے گا کہ کوئی ضرورت نہیں ہے پڑھنے کی، آرام سے گھر بیٹھو۔

بس میں سفر کرنا آج کل ہنگامی کے زمانے میں سے رکشہ ٹیکسی یا کنٹریکٹ گاڑیوں کے مقابلے میں باکفایت تو ہے لیکن خواتین کے لیے انتہائی اذیت ناک بھی ہے۔ جتنی تعداد میں لڑکیاں اور خواتین ہمارے شہروں میں بذریعہ بس سفر کرتی ہیں، اسی حساب سے بس میں ان کے بیٹھنے کا یا کم از کم کھڑے ہو کر سفر کرنے کا انتظام کرنے کے بجائے ٹرانسپورٹ مافیا نے خواتین کے لیے مخصوص حصہ مزید کم کر دیا ہے۔ بہت تھوڑی سی جگہ میں خواتین ڈرائیور کے آس پاس بیٹھ کر سفر کرتی ہیں۔ خواتین کے لیے مختص کیے گئے مختصر سے حصے میں بھی بہت سے مرد حضرات کھڑے ہونے سے باز نہیں آتے۔ پھر سونے پر سہاگہ اترنے پڑھنے کے لیے راستہ اور دروازہ بھی خواتین

کی طرف کا استعمال کرتے ہیں اور اکثر اس دوران خواتین کو دھکا دینے اور چھوتے ہوئے گزرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ زیادہ تر خواتین کی سیٹوں پر بھی ایسے بے حس مردوں کا قبضہ رہتا ہے۔ خواتین عام طور پر اپنی اس حق تلفی پر خاموش رہنا ہی مناسب سمجھتی ہیں، لیکن اگر ان کا ذکا بہت کم کر کے احتجاج کر بھی لیں تو بے سود ہی ثابت ہوتا ہے، کیونکہ نہ تو ایسے مردوں کے کانوں پر کوئی جوں ریختی ہے اور نہ ہی ڈرائیور اور کنڈیکٹر اس احتجاج پر دھیان دیتے ہیں۔ دوسرا بڑا مسئلہ یہ بھی ہے کہ خواتین ایک دوسرے کے حق میں بالکل نہیں بولتیں۔ اکیلی بولنے والی خاتون تماشہ بن کر رہ جاتی ہے۔ ایک حرکت جو عام طور پر بس ڈرائیور کرتے ہیں۔ جہاں رش نہیں ہو وہاں آدھے آدھے گھسنے کے لیے بس کھڑی کر دیتے ہیں اور خواتین کے اترنے اور چڑھنے کے وقت بھی بس روکتے نہیں، بس ذرا ہلکی کر لیتے ہیں۔ خواتین ابھی چڑھ بھی نہیں پاتیں کہ جھٹکے سے تیز چلا دیتے ہیں۔ اکثر خواتین ایک دوسرے پر گر پڑتی ہیں۔ خواتین خود بھی ایک دوسرے کو تنگ کرنے سے باز نہیں آتیں۔ رش میں ایک دوسرے کا پاؤں کچلا جانا کوئی انہونی بات نہیں ہے۔ لیکن ہمارے اندر سے مہذب معاشرے والی خوبیاں شاید ایک ایک کر کے ختم ہوتی جا رہی ہیں۔ اس صورت میں ایک دوسرے سے معذرت کرنے کا رواج تقریباً نہ ہونے کے برابر گیا ہے۔

اکثر بس والے رش کے اوقات میں خواتین اور خصوصاً بزرگ اور بچوں والی خواتین کے لیے بس روکتے ہی نہیں ہیں بلکہ تیزی سے بھگالے جاتے ہیں۔ شام کے اوقات میں جب آفس وغیرہ سے چھٹی کا وقت ہوتا ہے، بہت سی بسوں میں خواتین کے پورشن میں بھی مردوں کا قبضہ ہو جاتا ہے جو ڈرائیور کو شہ دے رہے ہوتے ہیں کہ خواتین کے لیے بس نہ روکی جائے۔ شام اور رات میں

بیشتر بسوں کا یہ روزانہ معمول ہے۔ اس ضمن میں ایک بڑا اور اہم مسئلہ یہ بھی ہے کہ ہمارے ہاں لوگوں کی ایک بڑی تعداد کے ذہنوں میں یہ خیال بدستور موجود ہے کہ ”خواتین آخر گھر سے باہر نکلتی کیوں ہیں؟“.... بلکہ اکثر اوقات جب خواتین مردوں کو ان کے غیر محتاط یا غیر اخلاقی رویے پر ٹوٹی ہیں تو ان سے کہہ بھی دیا جاتا ہے کہ ”جب باہر نکلی ہو تو یہ سب کچھ بھگتو...“ یہ ناصرف انتہائی نامعقول جواز ہے بلکہ معاشرتی، اخلاقی اور مذہبی طور پر بھی اسے کسی صورت درست قرار نہیں دیا جاسکتا۔ یہ کس قدر حیرت اور افسوس کی بات ہے کہ آج بہت سے شعبہ حیات میں خواتین اپنی صلاحیت اور قابلیت کے بل بوتے پر اپنے قدم بجا چکی ہیں لیکن اس کے باوجود ہمارے ہاں اب بھی متعدد لوگ یہ سوچتے ہیں کہ خواتین صرف فیشن، خریداری یا تفریح کے لیے گھروں سے نکلتی ہیں۔ حقیقت میں یہی وہ لوگ ہیں جو خواتین کے لیے مختلف نوعیت کی پریشائیاں اور مسائل پیدا کرتے ہیں۔

اس کے علاوہ یہ بھی دیکھنے میں آیا ہے کہ اکثر خواتین مردوں کی غیر اخلاقی حرکات محض یہ سوچ کر برداشت کر جاتی ہیں کہ کہیں اعتراض یا احتجاج خود ان کے لیے شرمندگی اور تبدیل کا باعث نہ بن جائے؟۔

قابل غور بات یہ ہے کہ وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ ناخوشاندگی کا تناسب کم ہو رہا ہے، لوگ زیادہ تعلیم یافتہ اور باشعور ہوتے جا رہے ہیں، زندگی کی رفتار تیز سے تیز تر ہوتی جا رہی ہے، معاشی ضروریات میں بھی اضافہ ہو رہا ہے، چنانچہ ان حالات میں صرف مردوں کی آمدنی سے گھر کو چلانا مشکل سے مشکل تر ہو جا رہا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ خواتین بھی اب اس معاشی دوڑ میں شامل ہو رہی ہیں اور بلاشبہ کئی گھر ایسے ہیں جہاں گھر کی تمام معاشی ذمہ داری عورت کے سر پر ہے۔ بیشتر خواتین کو حالات سے

مجبور ہو کر گھر سے باہر قدم نکالنا پڑتا ہے، ٹیکسی یا رکشہ پر روزانہ سفر کرنا ہر ایک کے لیے ممکن نہیں ہوتا۔ ان حالات میں مردوں کی ذمہ داری بنتی ہے کہ وہ خواتین کے مسائل اور ان کے جذبات کا خیال رکھتے ہوئے جہاں تک ممکن ہو ان سے تعاون کریں۔ بالخصوص ایسے مردوں کو اپنے رویوں پر غور کرنا چاہیے جو خواتین کے لیے پریشائیاں پیدا کرتے ہیں۔ ایسی نجانے کتنی خواتین ہیں جو اپنے خاندان کے لیے کچھ کرنے کا ناصرف جذبہ رکھتی ہیں بلکہ ان کے اندر بہت سی صلاحیتیں اور قابلیت بھی موجود ہے اور وہ اپنی صلاحیتوں کا استعمال کر کے اپنے شوہر، والد یا بیٹیوں کو معاشی بوجھ ہلکا کرنا چاہتی ہیں لیکن ہمارے ارد گرد کا ماحول اور خاص طور پر سفر کے مسائل ان کے حوصلے ڈنگا دیتے ہیں۔ ایسی کئی طالبات ہیں جو اسکول سے آگے کالج اور پھر یونیورسٹی تک تعلیم حاصل کرنا چاہتی ہیں لیکن والدین یا خاندان کا یہ سوال کہ ”کیسے جائیں گی؟ اور کیسے آئیں گی؟“ ان کے قدموں میں زنجیریں ڈال دیتا ہے۔ جس سے ناصرف ان کا اپنا نقصان ہوتا ہے بلکہ وہ ملک کی ترقی و خوشحالی کے لیے بھی اپنا کردار ادا کرنے میں ناکام رہتی ہیں۔ ہم سب کو اور بالخصوص مردوں کو اپنے رویوں پر ناصرف غور کرنے کی بلکہ اپنی اصلاح کرنے کی بھی شدید ضرورت ہے۔ ہمارا اخلاقی، معاشرتی اور مذہبی فرض بنتا ہے کہ زندگی کے ہر شعبے میں خواتین کی عزت و احترام کا خاص خیال رکھا جائے، جہاں تک ممکن ہو ان کو درپیش مشکلات میں ان کی معاونت اور مدد کی جائے۔ خاص طور پر سفری مشکلات کے لیے کوئی موثر لائحہ عمل اختیار کیا جائے تاکہ خواتین ناصرف کسی قسم کی پریشانی کے بغیر سفر کر سکیں بلکہ اپنے خاندان اور ملک و قوم کی تعمیر و ترقی کے لیے بھی اپنا بھرپور کردار ادا کر سکیں۔



## شہکار افسانہ

رکارڈ بولتا ہے، یہ دباؤ تو چپ ہو جاتا ہے اور مجھے تو کچھ بھی پتہ نہیں میں کیوں لگاؤں ہاتھ....؟

پھر اسی کہا کرتی تھی: ”مگرین ما، تیرے ہاتھ کیسے ہیں، جیسے

بڈیوں پر ڈھیلا غلاف چڑھا ہو۔“  
.... ہاں.... اب تو ہڈیاں  
رہ گئی ہیں۔ ہڈیاں اور میلی میلی  
جھمیریاں۔ اتنے میلے ہیں

میرے ہاتھ کہ میں انہیں چھپانے پھرتی ہوں، پتا  
نہیں اتنے میلے کیوں لگتے ہیں۔ اللہ کے حکم سے پانچ  
دفعہ دھوتی ہوں۔ پاک کرتی ہوں پاک تو ہو جاتے ہیں پر  
رہتے میلے ہی ہیں۔

اسی کہتی ہے: ”مگرینی، کسی  
کھانے والی چیز کو ہاتھ نہیں لگایا کرتے، ہاں! گلاس نیچے  
سے اٹھاتے ہیں، اوپر سے نہیں، چینی چمچ سے ڈالتے ہیں،  
انگلیوں سے نہیں سمجھی مگرینی؟“



یا اللہ! تو نے مجھے کتنے بھاگ لگائے ہیں۔ کتنا سوہنا گھر  
ہے یہ۔ کتنا سجا ہوا ہے۔ ایسا ایسا مسلمان لگائے۔ کیسے کیسے  
باغیچے ہیں۔ صوفے کرسیاں ہیں۔ کیسی کیسی سجاوٹیں  
لگی ہوئی ہیں۔ دیواریں  
روغن سے شگ رہی ہیں۔

ہاتھ لگانے سے میلا ہوتا  
ہے، یہ گھر۔ نہ میں تو ہاتھ  
نہیں لگاتی، میں تو کسی چیز کو  
ہاتھ نہیں لگاتی۔ میں کیوں  
چیزوں کو میلا کروں، خواہ تو

بس چیزوں کو دیکھتی، مسلمان کو دیکھتی ہوں۔ اللہ کی شان  
ہے! کل ٹی کہہ رہا تھا: ”مگرینی، اس  
ٹیپ رکاٹ کو ہاتھ نہ لگانا۔ نہ نہ۔ جو ہاتھ  
لگا تو یہ خراب ہو جاتا ہے۔ سمجھی مگرینی ما؟“

وہ مجھے سمجھاتا رہتا ہے۔ ”مگرینی یہ نہیں کرنا، وہ نہیں  
کرنا، یوں کرو تو یوں ہو جاتا ہے۔ دوں کرو تو دوں ہو جاتا  
ہے۔“ وہ سارا دن ٹیپ رکاٹ سے کھیلتا رہتا ہے۔ اسے پتا  
ہے ناں۔ اسے سب چیزوں کا پتا ہے۔ یہ بٹن دباؤ تو ٹیپ

ان دنوں گاؤں والیاں سمجھتی تھیں کہ میں  
سب کچھ سمجھتی ہوں۔ اب صفی کے گھر میں ہر  
کوئی کہتا ہے۔۔۔ سیا بھی، بہو بھی۔ خود صفی کہتا  
ہے اماں نہیں سمجھے گی اس بات کو۔ ٹھیک  
ہی تو کہتا ہے۔ ساری چیزیں ہی بدل گئیں ہیں۔

سبھی کچھ بدل گیا ہے۔  
پرانی باتیں تو رہی ہی نہیں۔  
اماں بھلا کیسے سمجھے۔

## گرین ما

ممتاز مفتی

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:  
انسان کے جھوٹے ہونے  
کے لیے یہ کافی ہے کہ ہر ایک سنی ہوئی  
بات بلا تحقیق بیان کر دے۔  
(مسلم)

Muraqba hall London

ILFORD LONDON

Contact: Muhammad Ali Shah  
mashahazeemi@gmail.com  
mashahazeemi@mhlondon.org

PH: 07868866222

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

ممتاز مفتی کا اصل نام مفتی ممتاز حسین تھا۔ ممتاز مفتی 11 ستمبر 1905ء بمقام



بنالہ (ضلع گورداسپور) بھارتی پنجاب میں مفتی محمد حسین کے ہاں پیدا ہوئے۔ ابتدائی تعلیم امرتسر، میانوالی، ملتان اور ڈیرہ غازی خان میں پائی۔ میٹرک ڈیرہ غازی خان سے اور ایف اے امرتسر سے اور اسلامیہ کالج لاہور سے بی اے کیا۔ ان کا پہلا افسانہ ”جھکی جھکی آنکھیں“ اوبی دنیا لاہور میں شائع ہوا اور اس طرح وہ مفتی

ممتاز حسین سے ممتاز مفتی بن گئے۔ ان کے کئی افسانوی مجموعے شائع ہوئے جن میں ان کی، گہما گہمی، چپ، روغنی پتے، اور سے کا بندھن شامل ہیں۔ علی پور کا امیلی اور الگھ نگری سوانخی ناول میں شمار ہوتے ہیں۔ جبکہ ہندیا ترا، لیک جیسے سفر نامے بھی تحریر کیے اور خاکہ نگاری میں اوکے لوگ، پیاز کے چھلکے جیسی کتابوں کے خالق ہیں۔ گو کہ ان کی شخصیت پر قدرت اللہ شہاب کی عادات، اطوار اور نظریات کے نہایت گہرے اثرات مرتب ہوئے لیکن پھر بھی وہ بحیثیت ادیب اپنی لگاؤ اور اچھوتے پن کو برقرار رکھنے میں کامیاب رہے۔

کہتی ہوگی۔ اسے کیا بڑی کہ جھوٹ بولے۔ سیما نہیں، بہ خود کہتی ہے: ”اماں جی، آپ نو کروں کے ساتھ گل مل کر نہ بیٹھا کریں۔“ میں گل مل کر تو نہیں بیٹھتی۔ ویسے کبھی ویسے میں اکیلی پڑی پڑی گھبر جاتی ہوں تو باورچی خانے میں جاتی ہوں۔ باورچی خانے جاؤں تو وہاں رشید اہوتا ہے، پھر بات تو کرنی ہی پڑتی ہے، کوئی نہ کوئی.... اب یہ تو نہیں ہوتا مان کہ منہ میں گھنگنیاں ڈال کر بیٹھ رہو۔ رشید اہوتا ہوا اچھا ہے، میری بڑی عزت کرتا ہے۔ پہلے پہل مجھے بڑی بیگم صاحب کہا کرتا تھا۔ لو، میں بیگم ہوں کیا....؟ خواہ خواہ! بیگم تو ہوتی ہے جو بیگم ہوتی

کبھی کبھ بدل گیا ہے۔ پرانی باتیں تو رہی ہی نہیں۔

اماں بھلا کیسے سمجھے۔ کل سیما کہہ رہی تھی: ”گرین ماڈرن سے تو آپ نہ جایا کریں دروازے پر وزیر گھبر جاتے ہیں دیکھ کر۔ اس میں ہماری بدنامی ہے گرین ما! آپ سمجھتی کیوں نہیں؟ یہ تو نوکر کا کام ہے وہ خود ہائے گا۔“

وہ تو مجھے پتا ہے کہ یہ نوکر کا کام ہے پر کسی وقت وہ ہانڈی لہا رہا ہوتا ہے پتھارہ، دروازے کیسے جانے گا....؟ پھر میں اسے کہتی ہوں: ”رشیدے پترا! تو کام کر لیں دیکھ لیتی ہوں کہ دروازے پر کیا ہے۔“

چلی تو جاتی ہوں میں دیکھنے، پر سیما کہتی ہے، مہمان دیکھ کر گھبر جاتے ہیں۔ پھر سیما یہ بھی تو کہتی ہے.... کہتی ہے: ”گرین ما! کروں کے ساتھ اس طرح نہیں بولا کرتے۔ رشید اہوتا ہے، پترا نہیں!.... گرین ما، آپ کیوں نہیں سمجھتی؟ اس طرح نوکر بگڑ جاتے ہیں۔“ شاید سچ کہتی ہو سیما۔ پر بات میری سمجھ میں نہیں آتی۔ لو بھلا، کسی کو پترا کہنے سے وہ بگڑ جاتا ہے کیا....؟ گاؤں میں تو میں سب کو پترا کہا کرتی تھی۔ کوئی نہ بگڑا۔ اماں سارے ہی جی جی کرتے پھرتے تھے۔ پر وہ گاؤں میں شہر ہوا۔ گاؤں کی بات اور ہوتی ہے، شہر کی اور بات ہے۔ مجھے کیا پترا شہر کی بات کیا ہوتی ہے۔ ضرور سیما سچ

اس سے باتاں کروں، پر وہ بیٹھے بھی۔ جو بیٹھ بھی جائے ناگ چلتی رہتی ہے۔ ناگک نہیں تو پاؤں ہی چلتا ہے۔ یوں جیسے انڈیا بچھینتے ہوئے سچ چلتا ہے۔

چلو، اگر سیما بیٹھ بھی جائے تو میں بات کیسے کروں....؟ کوئی بات بھی کروں تو پتا ہے کیا کہتی ہے....؟ کہتی ہے:

”گرین ما، آپ سمجھتی نہیں۔“ چاہے موسم کی بات کروں، گاڑی کی بات کروں یا مکھن کی، یہی کہتی ہے: ”گرین ما، آپ نہیں سمجھتی۔“

پھر بے چاری مجھے سمجھاتی رہتی ہے۔ مجھے نہیں آتی سمجھ۔ آج کل کوئی بات بھی سیدھی نہیں ہوتی۔ ہر بات میں غل.... ہر بات کنڈلی مارے بیٹھی ہے.... میری سمجھ میں کیسے آئے بھلا!

ایک وہ زمانہ تھا جب میں سب کچھ سمجھتی تھی۔ گاؤں میں کوئی بات بھی ہوتی، عورتیں کہتیں:

”ہائے! اب کیا کریں؟ پتا نہیں یہ بات کیسے کی جاتی ہے....؟ مناسب کیا ہے....؟“ پھر کوئی نہ کوئی بول اٹھتی: ”چلو، ماسی مہراں سے پوچھ لیں۔“ پھر وہ سب میرے گھر آ جاتیں۔ کہتیں:

”ماسی! یہ بتا کہ یہ بات کیسے کی جاتی ہے؟ مثلاً مفتی کے لیے سوالی بن کر جانا تو ساتھ کس کس کو لے جائیں یا جب چچائیت لگے تو گڑ کا شربت پلائیں یاد دودھ....؟“

ان دنوں گاؤں والیاں سمجھتی تھیں کہ میں سب کچھ سمجھتی ہوں۔ اب صفی کے گھر میں ہر کوئی کہتا ہے.... سیما بھی، بہو بھی۔ خود صفی کہتا ہے ”اماں نہیں سمجھے گی اس بات کو۔“

ٹھیک ہی تو کہتا ہے۔ ساری چیزیں ہی بدل گئیں ہیں۔

اس روز جب میں بکن میں بیٹھی پر بیٹھی روٹی کھا رہی تھی تو اسی کتنی ناراض ہوئی تھی۔ ”ہائے! گرینی۔ روٹی پر سالن؟ ایسا نہیں کیا کرتے۔ روٹی پر سالن نہیں ڈالا کرتے۔ سالن پلیٹ میں ڈالو۔ روٹی دوسری پلیٹ میں رکھو۔ ڈانٹک میز پر بیٹھو پھر کھاؤ۔ ہاں۔“

اب میں کیا کروں؟ روٹی پر سالن ڈالنے کی پرانی عادت جو ہوئی اور پھر میز پر بیٹھ کر کھانے کی میری عادت نہیں نا۔ مجھے اوپر اوپر لگتا ہے۔

نہ، میں نہیں میز پر بیٹھتی۔ جیسی تو چوری چوری روٹی کھاتی ہوں، بکن میں بیٹھ کر کہ کوئی دیکھ نہ لے۔ پھر کبھی کبھی پکڑی جاتی ہوں نا۔ پھر بچے مجھ سے لڑتے ہیں ”گرینی، تو پورے کیا؟ پھر چھپ چھپ کر کیوں کھاتی ہے روٹی؟“

لو، میں کیا چور ہوں۔ یہ میرے سینے کا گھر ہے۔ میرا پیٹ جایا، میرا اپنا صفی، میرے جگر کا گلا۔

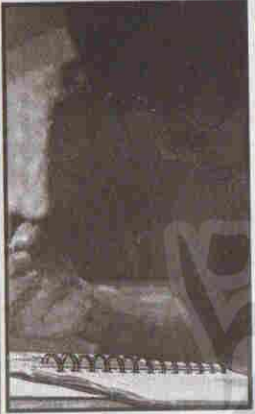
پھر وہ بڑی لڑکی ہے سیما، یوں توری کی طرح نکلی ہے کہ حد نہیں۔ دیکھتے ہی دیکھتے جوان ہو گئی ہے۔ بولا سا قد، اور ایسی چھب کہ دیکھتے ہی رہ جاؤ۔ یوں پتلی پتنگ اونچی لمبی جیسے ترہوتر۔ ٹپ ٹپ چلتی ہے جیسے میم ہو میم۔ بس منہ پر ماس (گوشٹ) نہیں آیا۔

پتا نہیں آج کل منہ پر ماس کیوں نہیں آتا! پہلے کے بچوں کے منہ کی طرف دیکھتے تھے تو گال بھرے بھرے ہوتے اور پھر لال جیسے سیب ہوں۔ آج کل تو گال چپکے ہوتے ہیں اور اللہ ماری زردی ہی زردی، جیسے منہ پر سرسوں کا کھیت آگا ہو۔

اونہوں!.... بیٹھے نہیں سیما کو تو چلنے دیکھو، یوں لگے ہے جیسے ناچ رہی ہو۔ میرا تو جی خوش ہو جاتا ہے دیکھ کر۔ اتنی جان ہے اس میں کہ کوئی حد نہیں، جیسے بجلی بھری ہوئی ہو۔ اللہ عمر دراز کرے۔ میرا جی چاہتا ہے کہ بیٹھ کر

## نو آموز لکھنے والے متوجہ ہوں

آپ کو مضمون نگاری یا کہانی نویسی کا شوق ہے



اور اب تک آپ کو اپنی صلاحیتوں کے اظہار کا موقع نہیں مل سکا ہے تو روحانی ڈائجسٹ کے لیے قلم اٹھائیے۔ یہ خیال رہے کہ موضوع اور

تحریری حسن ایسا ہو جس میں قارئین دلچسپی محسوس کریں۔ آپ طبع زاد تحریروں کے علاوہ تراجم بھی ارسال سکتے ہیں۔ ترجمہ کی صورت میں اصل مواد کی فوٹو اسٹیٹ کا پی منسلک کرنا ضروری ہے۔ مضمون کاغذ کے ایک طرف اور سطر چھوڑ کر خوشخط لکھا جائے۔ مضمون کی نقل اپنے پاس محفوظ رکھیں کیونکہ اشاعت یا عدم اشاعت دونوں صورتوں میں مسودہ واپس نہیں کیا جاتا۔

قلم اٹھائیے اور اپنے تعمیری خیالات کو تحریر کی زبان دیجئے۔

تحریر کی اصلاح اور نوک پلک سنوارنا ادارہ کی ذمہ داری ہے۔

شعبہ مضامین  
روحانی ڈائجسٹ

1-7/1D، ناظم آباد۔ کراچی

ہے: ”رشیدے بڑی بیگم صاحبہ کو اپنے پاس

کر، بری بات ہے۔“

پراس نے مجھے کبھی نہیں جتایا۔ وہ تو میں

بیگم کو کہتے ہوئے سن لیا تھا، اس لیے مجھے پتا ہے۔

میں تو کبھی باورچی خانے نہ جاؤں۔ میں بھلا

کو بیگم کی نظر میں کیوں برائیاؤں؟ پر کیا کروں

وقت جی چاہتا ہے کہ کسی سے بات کروں، کسی

بیٹھوں، پر کس کے پاس بیٹھوں؟ سارے ہی

کمرے میں بند رہتے ہیں۔

پتا نہیں یہ آج کل کے لوگ کدوں میں

رہتے ہیں؟

مل کر ایک جگہ بیٹھے ہی نہیں۔

میں تو سارا دن پچھلے ویڈیو پر ممتھی پر

ہوں۔ پڑے پڑے تھک جاتی ہوں تو رشیدے کے

بیٹھتی ہوں۔ کیا کروں...؟

سارے گھر میں تین بیڈروم ہیں نا، ایک

اور بیگم سوتے ہیں۔ دوسرے میں ٹی اور اسی اور

میں اکیلی سما۔

جب میں جی ٹی آئی تھی تو صحنی نے کہا تھا:

پانگ سیما کے کمرے میں لگا دو۔“

دو دن تو میں سیما کے ساتھ سوتی رہی، پھر

دن بڑی دیر تک صحنی، بیگم اور سیما ایک کمرے

باتاں کرتے رہے۔ پھر صحنی آیا اور کہنے لگا:

”بھئی ماں تو اس کمرے میں گھسی گھسی سی

اس کی عادت تو کھلی جگہ میں رہنے کی ہے۔ بھئی

چارپائی تو ریشم میں لگا دو... کیوں ماں؟“

لو، میں بھلا کیا کہتی۔ ٹھیک ہی تو کہہ رہا تھا صحنی

کھلی جگہ میں رہنا پسند ہے۔

تو انہوں نے میری منجی ریشم میں لگا دی

ہے میں بھلا کدھر سے بیگم ہوئی...؟ بہو ہوئی نا بیگم۔ چلنا

پھر نا، اٹھنا بیٹھنا، بولنا سب بیگم کا سا ہے۔

جب وہ آواز دیتی ہے: ”رشیدے!“

تو آواز ہی سے پتا چلتا ہے کہ بیگم بول رہی ہے۔ کہتی

ہے: ”رشیدے! پیر شامی بناؤ، ساتھ دال اور کرلیے گوشت

اور ڈنر پر چکن ہو، چاول ہوں، کوئی سا میٹھا اور ہاں دیکھو،

کرلیے پہلے ابال لینا، کیسے نہ ہوں۔“

”بہت اچھا بیگم صاحبہ!“

وہ بولتا پھر بیگم رکتی نہیں۔ یہ جاوہ رشیدے

سے زیادہ بات نہیں کرتی۔ کام بتایا اور گئی، جیسے بیگم کو

کرنا چاہیے۔

اے، روز تو دیکھتی ہوں بیگمیں۔ بنی جی ہوئی آتی

ہیں، منہ گول گول کر کے بولتی ہیں۔ بولتی اردو ہیں، پر

یوں لگتا ہے جیسے انگریزی بول رہی ہوں۔ تو میں نے

کہا: ”رشیدے پتر! مجھے بیگم نہ کہا کر۔ میں کدھر سے بیگم

ہوں بھلا...؟“

”تو پھر کیا کہوں، بڑی بیگم صاحبہ!“ اس نے پوچھا۔

میں نے کہا: ”تو مجھے بی بی کہہ لیا کر۔“

اب وہ مجھے بڑی بی بی کہتا ہے۔ بڑا اچھا ہے بیچارہ!

میری ساری باتیں سنتا ہے۔ کبھی یہ نہیں کہتا کہ آپ نہیں

سمجھتیں، بڑی بی بی...!

وہ سمجھتا ہے کہ میں سب سمجھتی ہوں۔ اس کے

ساتھ باتیں کرتی ہوں تو ایسے لگتا ہے کہ جیسے میں پھر سے

گڈاں آئی ہوں۔

اس نے کبھی نہیں کہا کہ بڑی بی بی سالن روٹی پر نہ

ڈالیں۔ کبھی نہیں کہا کہ بی بی اروٹی پیٹ پر رکھ لیں یا

بیڑھی نہ بیٹھیں، میز پر بیٹھیں۔ اس نے مجھے کبھی نہیں کہا

کہ بڑی بی بی! آپ چکن میں نہ بیٹھا کریں۔

حالانکہ بیگم نے کئی بار رشیدے سے کہا



# اگیا پیتال



راشد نذیر

گزشتہ قسط کا خلاصہ سچے قارئین کے لیے: کچھ عرصہ پہلے ہماری ملاقات شہاب صاحب سے ہوئی، جو ایک پڑھے لکھے معزز تجارت پیشہ شخص ہیں، ماورائی علوم و ٹیلی بیسی اور جنات کے وجود کے موضوع پر ہم دونوں کے خیالات اور ذوق مشترک تھے، جو ہماری دوستی کا باعث بنے۔... شہاب صاحب نے ہمیں بتایا کہ ان کی جنات سے دوستی ہے اور کئی مرتبہ بار و باری مشکلات سے نکلنے اور کاروبار کی ترقی میں ان کے دوست جنات کی مدد شامل رہی اور کئی مرتبہ انہوں نے بھی امانت کی مدد کی۔ میرے انتشار پر انہوں نے بتایا کہ جنات کے ایک معزز خاندان کا نوجوان ذائقہ، کراچی میں رہنے والی ایک دو شیئر عیال پر بھری طرح مر مٹا، دونوں گھرانوں کے والدین اس بات سے پریشان تھے، چنانچہ انہوں نے میری مدد طلب کی لیکن چند شیطانی عمل کرنے والے آدمیوں کی وجہ سے ان کو مشکل پیش آئی۔ شہاب صاحب نے ہمیں جو قصہ سنایا وہ کچھ اس طرح سے ہے:

”کراچی کے صنعت کار سلیم احمد اپنے کارخانے میں لگنے والی آگ کی وجہ سے کروڑوں روپے کے مقروض ہو گئے تھے۔ ان کی بیٹی عیال اس وقت کالج میں پڑھ رہی تھی، جس کی شادی کی ذمہ داری ابھی ان کے اوپر تھی۔ انہوں نے جیلہ حکم سے مشورہ کیا کہ اپنا مکان اور دیگر جائیداد بیچ کر قرضہ اٹارا جائے، جیلہ بیگم رضی نہ ہوئیں اور سلیم احمد سے کہا کہ پہلے

گلے میں ہو خراش آئے ورم یا آواز بیٹھ جائے

## شریبت ٹوت سیاہ



سردی آئے اور جاتے وقت گلے کو اپنی پیرٹ میں لے لٹی ہے ایسے میں گلے میں خراش، ورم آئے یا آواز بیٹھ جانے کی شکایات عام ہوتی ہیں۔ ہمد شربت توت سیاہ کی چند ٹورکیس گلے کی ان شکایات کا فوری ناقہ کرتی ہیں۔ اب سردی آئے یا جائے۔ آپ کے گلے کو کیا لگے۔ کیونکہ آپ کو تپے ہمد شربت توت سیاہ ملا۔

ہمدارد

بولو کھل کھلائے!

رودکان ناچخش

اپنے وکیل دوست ناظم بھائی سے مشورہ کر لیا جائے... ناظم بھائی کو دکالت چھوڑے ہوئے عرصہ ہو گیا تھا، لیکن وہ کئی معاملات میں لوگوں کی مدد کرتے رہتے تھے۔ ناظم بھائی نے سلیم احمد کے فیصلہ کو درست مانتے ہوئے مشورہ دیا کہ اس مکان کو بیچ کر کوئی سستا مکان لے لیا جائے... ادھر عیشال کالج کے پارک میں بیٹھی تھی، جب اس نے محسوس کیا کہ کالج کا ایک لڑکا مسلسل اسے گھور رہا ہے۔ اس نے اس طرف دھیان نہیں دیا۔ بعد ازاں لڑکا وہاں سے غائب ہو گیا تھا۔ دوسرے دن لاہری کی میں بھی عیشال نے کتاب کی ورق گردانی کرتے ہوئے کھڑکی کی جانب دیکھا تو وہی لڑکا اُسے گھورتا نظر آیا۔ عیشال وہاں سے ہٹ گئی لیکن اس کے ذہن میں سوالات ابھر رہے تھے کہ یہ کون ہے... اور کیا چاہتا ہے...؟

اسی تھے میں شیطانی عمل کرنے والے افراد کے کردار بھی موجود ہیں۔ ایک چیلے نے اپنے گرو کے چروں میں کئی برس اس لیے گزار دیے کہ وہ جاو اور جنات پر قابو پانے کا عمل سیکھ سکے، ماورائی طاقت حاصل کر سکے، لیکن ان برسوں میں وہ صرف اپنے گرو کے لیے ادھر ادھر سے لوگوں کو کھینچ کر لاتا رہا تھا۔ وہ اب تک خالی تھا، اس نے فیصلہ کر لیا تھا کہ آج وہ اپنے گرو سے ضرور پوچھے گا کہ کب تک وہ اس کے ہاتھوں کھلو باقی رہے گا شیطانی عمل کرنے والے گرو نے اپنے چیلے کی امت بندھا تے ہوئے کہا کہ جاو دیکھو اور کھینچی حاصل کرنے کے لیے اسے شیطانی کی پوجا کرنی ہوگی اور جنات کو قابو کرنے کا چاب بہت مشکل اور خطرناک ہے۔ ناظم بھائی نے سلیم احمد کو مشورہ دیا کہ اپنا مکان و جائیداد فروخت کر کے سستا مکان لے لیا جائے تو قرضہ اُتارا جا سکتا ہے۔ باتوں باتوں میں ناظم بھائی نے عیشال کے لیے اپنے سنجیدگی کا ذکر چھیڑا جو والدین کے انتقال کے بعد اولپنڈی سے کراچی آ گیا ہے۔ شہاب صاحب نے عبداللہ شاہ غازی کے مزار پر میری ملاقات ایک بزرگ سے کروائی۔ وہ جنوں کے بارے میں علم رکھتے تھے۔ ٹروی ایک روز اس لڑکے کو راستے میں روک لیتی ہے جو عیشال کو گھورتا ہے۔ وہ اللہ سے سوال جواب کرتی ہے مگر وہ کچھ کہہ بغیر چلا جاتا ہے۔ گرو چیلے کو اپنی شیطانی کھینچی منتقل کرنے کے بارے میں ہدایت دیتا ہے۔ دوسری جانب سلیم احمد گلستان جوہر کے ایک بنگلو میں منتقل ہوتے ہیں۔ اس گھر میں بھی کچھ حیران کن واقعات رونما ہوئے....

## قسط نمبر 4

”تم کو جنات سے ملنے کا شوق ہے نا...؟“  
 ”کیا تم اپنی آنکھ کا پردہ ہٹا سکتے ہو...؟“ شاہ جی نے  
 میری طرف غور سے دیکھتے ہوئے پوچھا۔  
 ”جی!...“ میں سمجھ نہیں سکا ”آنکھ کا پردہ...؟“  
 ”کون سا...؟“

انہوں نے مسکرا کر پہلے شہاب صاحب کی طرف دیکھا، پھر مجھ سے مخاطب ہوئے:

”ہاں... آنکھوں پر پردہ ہی تو ہوتا ہے...“  
 ان کی بات میں تو گہرائی تھی ہی لہجہ بھی بہت

آ گیا تو تم ڈر کے مارے بے ہوش ہو جاؤ گے، یا پھر اپنے  
 حواس کھو بیٹھو گے... ہاں البتہ اگر کوئی جن خود ہی تم سے  
 ملنا چاہے تو شاید ایسا نہ ہو...“

”کیوں شاہ جی...؟ ایسا کیوں...؟“ میں نے پوچھا۔  
 ”اس لیے کہ تم سے ملنے کے لیے اس جن کو انسانی  
 روپ میں یا کسی ایسے روپ میں آنا ہو گا، جسے تم اسے دیکھ  
 سکو... تمہاری آنکھ اسے قبول کر سکے...“  
 ”اوہ...“ میرے منہ سے نکلا۔

اور اس سے پہلے میں کچھ اور کہتا، شہاب  
 صاحب بول اٹھے:

”شاہ جی... اگر آپ کے پاس ناظم ہو تو میرے  
 غریب خانے میں تشریف لے چلیں... وہیں بیچ کر آرام  
 سے باتیں کریں گے... آپ کے آنے سے میرے گھر کی  
 رونق بڑھ جائے گی...“

”میری کیا اوقات ہے بھئی...“ شاہ جی فوراً  
 بولے: ”میں تو جو کچھ بھی ہوں... مرشد کی وجہ  
 سے ہوں...“

”چل رہے ہیں میرے گھر...؟“ شہاب صاحب  
 نے پھر پوچھا۔

شاہ جی مسکرائے اور سر ہلادیا۔

\*\*\*

”تم ایک بات پھر بھول گئے...! گرو کا لہجہ  
 نہٹ ہو گیا۔“

”کیا بات... گرو جی...؟“  
 ”وہ یہ کہ کچھ پانے کے لیے بہت کچھ کھونا پڑتا  
 ہے... تم کراچی کبھی نہیں گئے... لیکن اب جاؤ  
 گے... میں تمہارے ساتھ چلوں گا... لیکن جہاں سے  
 تمہارا کام شروع ہو گا... میرا ساتھ ختم ہو جائے  
 گا... بس میں کبھی کبھار وقتاً فوقتاً تم سے مل کر تمہیں

کام بتاتا رہوں گا...“  
 یہ سن کر چیلے کی گھبراہٹ کچھ کم ہوئی وہ ایک طویل  
 سانس لے کر بولا: ”جب آپ کا ساتھ ہو گا، تو پھر مجھے کیا  
 پورا ہوگی...“

”ایسے لا پرواہی مت ہونا کہ اپنے آقا شیطان سے  
 غافل ہو جاؤ...“  
 ”یہ تو ناممکن ہے گرو... میں اسے کیسے بھول سکتا  
 ہوں...!“ اس نے فوراً کہا۔

”ایک بات اور... اس فیملی کے ساتھ رہنے کے  
 لیے تم کو انہی کے رنگ ڈھنگ میں ڈھلنا ہو گا، وہ تمہارا  
 بہر روپ ہو گا... ایسا نہ ہو کہ بہر روپ بدل کر تم اپنا  
 اصل روپ بھول جاؤ... اگر تم نے ایسا کیا تو تم پر  
 شیطان کی طرف سے عذاب نازل ہو گا۔ تم کو ایسی سزا  
 ملے گی کہ تم مرتے دم تک اس سزا سے چھکارا حاصل نہ  
 کر سکو گے...“

”اے... اے... ایسا... نہیں ہو گا...“ وہ  
 بکلا گیا: ”میں اپنا عہد نبیساؤں گا...“

”شباباش...“ گرو کے منہ سے نکلا: ”ان لوگوں میں  
 شامل ہونے کے لیے تم اپنے آپ کو صاف ستھرا ضرور  
 رکھو گے... لیکن صرف دکھاوے کے لیے... اور اندر  
 سے تم کو گند اور غلیظ ہی رہنا ہے... ان لوگوں کی خاطر تم  
 صرف اپنے کپڑے صاف ستھرے رکھو گے...“

”میں سمجھ گیا گرو جی... میں سمجھ گیا...“  
 ”ٹھیک ہے...“ گرو نے سر ہلایا: ”اب ہمیں اس  
 مکان میں رہنے والے جن پر قابو پانے کے لیے سفر کی  
 تیاری کرنی ہے...“

”وہ جن کیسا ہے گرو...؟“  
 ”بہت زبردست ہے...“ جواب ملا: ”اگر وہ  
 ہمارے ہاتھ لگ جائے تو ہماری طاقت میں اضافہ ہو جائے

گا.... ہم اور بھی مضبوط ہو جائیں گے۔“  
انتاکہ کر کر دو چپ ہو گیا، ایسا لگ رہا تھا جیسے وہ کسی سوچ میں پڑ گیا ہو۔

چیلہ اس کی شکل دیکھ رہا تھا۔ پھر اچانک ہی گرونے سر اٹھایا اور اس کی طرف دیکھتے ہوئے بولا:

”یہاں سے دو گلی چھوڑ کر اچیل نام کا ایک لڑکا رہتا ہے.... اسے دیکھ کر میری طبیعت بگڑنے لگتی ہے.... بہت بڑا لگتا ہے وہ مجھے.... کیونکہ وہ بہت نیک اور اپنے ماں باپ کا فرمانبردار ہے....“

”اوہ....“ چیلے کے منہ سے اتنا ہی نکلا۔

مجھے اپنے ماں باپ کے فرمانبردار لڑکے زہر لگتے ہیں۔ ہمارا آقا شیطان چاہتا ہے کہ گھروں میں فساد ڈالوائے جائیں۔ ماں باپ کو اولاد سے اور اولاد کو ماں باپ سے بدگمان کر دیا جائے۔ شوہر اور بیوی میں شک اور خوف پھیل کر گھروں کا سکون تباہ کیا جائے۔“

”جی کرو.... دونوں میں سے زیادہ مشکل کام کون سا ہے....“

”کیا مطلب....؟“

اولاد اور والدین میں دوریاں کروانا یا شوہر اور بیوی میں دوریاں کروانا، ان میں سے زیادہ مشکل کام کون سا ہے....“

”یاد رکھو! ہمارے آقا شیطان کا وار ہر آدمی پر چل سکتا ہے لیکن ہر جاہ طلب، لاپچی اور دنیا پرست آدمی پر قابو پانا آسان ہے، مردوں کی نسبت عورتوں کو بہکانا زیادہ آسان ہے۔“

”گرو....! عورتوں کو بہکانا آسان کیوں کر ہے....؟“  
”اکثر عورتیں خود پرست، تنگ دل اور بے رحم ہوتی ہیں۔“

”گرو.... عورتوں کا خود پرست ہونا تو سمجھ میں

آتا ہے کہ ہر عورت اپنی تعریف چاہتی ہے، تنگ دل ہونا بھی سمجھ میں آتا ہے، بہت سی عورتیں اپنے سامنے کسی دوسری عورت کا وجود برداشت نہیں کر پاتیں لیکن عام طور پر تو عورتیں رحم دل اور معاشرے کا معصوم طبقہ نظر آتی ہیں، گرو! آپ انہیں بے رحم کس طرح قرار دے رہے ہیں۔“

”اپنے ارد گرد گھوم پھر کر دیکھ لے، اس معاشرے میں زیادہ تر جھگڑے عورتوں کی وجہ سے ہیں۔ کہیں ساس بہو کا جھگڑا، کہیں نند بھائی کا جھگڑا، کہیں دیورانی بیٹھانی کے جھگڑے.... یہ جھگڑے کیوں ہوتے ہیں....؟“  
”گرو! میں نے کبھی ان باتوں پر غور نہیں کیا۔“

”آئیں کھول اور اپنے ارد گرد ہونے والے واقعات پر غور بھی کرنا، تجھے لوگوں کو بہلانے پھسلانے میں بہت آسانی ہوگی۔ عورتوں کے درمیان مختلف رشتوں میں یہ جھگڑے عورت میں پائی جانے والی تنگ دلی کی وجہ سے ہوتے ہیں.... یہ تنگ دلی عورت میں رقابت کے جذبات کو بھڑکا دیتی ہے۔“

”واہ گرو واہ۔ آپ نے انسانوں کو خوب سمجھا ہے۔“

”ہمیں شیطان نے انسان کو تباہ کرنے کا مشن سونپا ہے۔ شیطان اور اس کے چیلے انسان کے دشمن ہیں، سو ہمیں اپنے دشمن کے بارے میں زیادہ سے زیادہ معلومات ہونی چاہئیں۔“

”گرو! آپ تو بہت بڑے چال باز ہو....“

ہاں.... انسانوں کے درمیان نفرتیں اور برائیاں پھیلانا ہمارا مشن ہے۔ شیطان کے چیلے گھروں میں فساد کروانا چاہتے ہیں۔ باپ کو بیٹے سے، بھائی کو بھائی سے، شوہر کو بیوی سے متنفر کر دینا چاہتے ہیں۔“

”گرو! آپ کو اور شیطان کو خوش کرنے کے لیے میں ہر بے کام کے لیے تیار ہوں۔“

جب تک ہم کراچی کے لیے روانہ نہیں ہوتے اس وقت تک تو اس محلے کے ایک نیک اور فرماں بردار لڑکے راجیل کو بہکانے اور اس کے ماں باپ سے لڑوانے کی کوشش کر....“

”جی گرو! میں کل ہی کسی طرح راجیل سے ملتا ہوں....“  
”جتنی جلدی ہو سکے یہ کام کر ڈال.... اسے اچھے کام کرتے دیکھ کر میرا خون جلتا ہے.... میں چاہتا ہوں کہ یہ شہر چھوڑنے سے پہلے وہ برائیوں کی دلدل میں گر جائے....“  
”آپ کا حکم سر آٹھنوں پر گرو جی....“  
”اب تم جاؤ.... شیطان زندہ باد....!“

\*\*\*

یہ ان دونوں کا وہم تھا، اس نوجوان نے سر ضرور گھمایا تھا، لیکن وہ ان دونوں کی طرف متوجہ نہیں ہوا تھا۔ عیشال کے تو جیسے بدن میں لہو نہیں تھا، اس کی ناگلیں بھی کپکپا رہی تھیں۔

تو نوبت یہاں تک پہنچ گئی تھی کہ وہ اب اس کے گھر کی دعوت میں گھس آیا تھا.... یہ لڑکا آخر چاہتا کیا تھا....؟؟

”ادھر آؤ....“ ثروی نے یکدم ہی اسے ایک جانب کھینچا۔

اب وہ نوجوان آڑ میں ہو گیا تھا۔  
”دیکھ لیا تم نے....؟“ ثروی دہلی دہلی آواز میں بولی۔

”ہاں....“ عیشال کی آواز جیسے کسی گہرے کونوٹھیں سے نکلی تھی۔

”مجھے اس کے ارادے کچھ اچھے نہیں لگ رہے تھے.... تھروی کی آواز اس کے کانوں سے گرائی: ”ہاں.... ہاں.... بولو.... عیشال جیسے ہوش میں آگئی۔“

ثروی نے اسے غور سے دیکھا:

”میرا خیال ہے کہ تم بہت زیادہ گھبرا گئی ہو.... تم بالکل پریشان مت ہو.... وہ تمہارا بال بھی

پکا نہیں کر سکتا.... ابھی انکل کے پاس چلو اور ان کو ساری بات بتا دو....“

”ابو.... کو....؟“ عیشال نے ہچکچا کر پوچھا۔  
”ہاں بھئی.... اور کس کو بتاؤ گی....؟“

چلو.... جلدی.... وہ اس طرف ہوں گے، اچھا ہے.... ان کو شکل بھی دکھا دینا اس بد معاش کی....  
”وہ.... نہ جانے کیا سوچیں گے....“

”ارے چلو.... کچھ نہیں سوچیں گے، میں ہوں ناں....“ یہ کہتے ہوئے ثروی نے اسے گھینٹا۔

دونوں نے اس دوران جیسے گھوم کر بھی دیکھا تھا، لیکن اس نوجوان کا کچھ پتا نہیں تھا۔ وہ شاید ان دونوں کو دیکھ نہیں سکا تھا۔

\*\*\*

سلیم احمد اس وقت ناظم بھائی اور دوسرے مہمانوں کے ساتھ خوش گپوں میں مصروف تھے۔

ثروی نے قریب جا کر آہستہ سے ان کو آواز دی:  
”انکل.... ذرا ادھر آئیے گا....“

سلیم احمد نے چونک کر اسے دیکھا:  
”کیا ہوا بیٹی....؟“

”ادھر تو آئیں....“ ثروی نے پھر کہا:

سلیم احمد ان لوگوں سے معذرت کرتے ہوئے اٹھے اور ثروی کی طرف بڑھے۔ اس وقت انہیں عیشال بھی دکھائی دی، جو کچھ پریشان سی لگ رہی تھی۔

انہوں نے باری باری دونوں کی طرف دیکھا:  
”کیا ہوا بھئی....؟ ہوائیاں کیوں اڑ رہی ہیں تم

دونوں کے چہروں پر....!“

ثروی نے جلدی جلدی انہیں مختصر انداز میں ساری بات بتائی، اس نے کوشش کی تھی کہ آواز دھیمی رہے۔ سلیم احمد سن رہے تھے اور غصہ ان کے چہرے پر



جب ٹروٹی کی بات ختم ہوئی تو وہ بول اٹھے:

”ہوں... کہاں ہے وہ...؟ بتاؤ...؟“

”آئیے ہمارے ساتھ...“

ٹروٹی، سلیم احمد کے ہم قدم ہو کر آگے بڑھی، عیشال پیچھے تھی۔

”اس کی اتنی ہمت ہوگئی کہ وہ یہاں تک

آپہنچا... دیکھ لیتے ہیں ابھی اسے...“

سلیم احمد نے ٹروٹی سے مخاطب ہو کر کہا۔

وہ صرف سر ہلا کر رہ گئی، پھر سلیم احمد نے گردن موڑ

کر عیشال کو گھورا:

”اگر ایسی کوئی بات تھی، تو تم نے مجھے پہلے کیوں

نہیں بتایا...؟“

عیشال فوری طور پر کچھ نہ بولی، پھر نظر چراتے

ہوئے اس نے کہا:

”مجھے کیا معلوم تھا بیڈی کہ وہ اس حد تک بڑھ جائے

گا... میں نے تو اسے بالکل ہی نظر انداز کر دیا تھا۔“

پھر وہ لوگ اس جگہ پہنچ گئے۔ وہ نوجوان اب بھی

وہیں موجود تھا۔

لوگوں کے درمیان سے گزرتے ہوئے ٹروٹی نے

غیر محسوس طور پر ہاتھ کے اشارے سے سلیم احمد کو بتایا:

”وہ رہا انکل... وہ سامنے...!!“

سلیم احمد نے سامنے دیکھا اور ان کی آنکھوں میں

دنیا بھر کی حیرت سمٹ آئی۔

وہ بت بن کر اس جانب دیکھ رہے تھے، جدھر ٹروٹی

نے اشارہ کیا تھا۔

\*\*\*

گرو اور چیلے کے حلیے قدرے تبدیل ہو گئے تھے۔

اب ان کے جسموں پر سادہ سے لباس تھے۔

گرو اور چیلے کو کراچی آئے ہوئے دو دن گزر چکے

تھے، یہاں شہر کے مضافات پہنچی آبادی کے ایک علاقے

میں دو کمروں کے ایک مکان میں ان کا قیام تھا۔

یہ مکان گرو کا اپنا تھا... یا اس نے کرائے پر لیا

تھا...!! اس کے بارے میں چیلے کو کوئی علم نہیں تھا۔

ریلوے اسٹیشن پر اتارنے کے بعد انہوں نے ٹیکسی

کی تھی اور ادھر کاراج کیا تھا۔

یوں لگ رہا تھا جیسے سب کچھ گرو کا دیکھا بھالا ہو۔ اس

سے چیلے نے اندازہ لگایا کہ گرو کی اس شہر میں پرانی

واقفیت تھی۔

اس مکان میں آنے سے پہلے وہ اسے علاقے کے

ایک ہوٹل میں لے گیا تھا، جہاں دونوں نے کھانا کھایا تھا۔

گرو نے ہوٹل کا کل نہیں دیا اور جہاں تک چیلے نے

اندازہ لگایا تھا، ٹو گھر کی چابی بھی اسے اس ہوٹل کے مالک

سے ہی ملی تھی۔

یہ مکان کسی کے استعمال میں ضرور رہا ہو گا۔ کیونکہ

اس میں ضرورت کی ہر چیز موجود تھی۔

یہاں آکر گرو نے اپنے آپ کو گویا ایک کمرے میں

بند کر لیا تھا، صرف شدید ضرورت کے تحت ہی وہ چیلے سے

ملاقات کرتا اور دوبارہ کمرے میں بند ہو جاتا۔

البتہ اس نے چیلے کو اجازت دے رکھی تھی کہ وہ

جہاں جانا چاہے جاسکتا ہے۔

چیلے کے لیے ابھی یہ شہر نیا تھا، اس لیے جب اس کا

دل گھبرا اٹھا تھا، تو وہ علاقے میں آس پاس ہی گھوم پھر کر

واپس آ جاتا۔

پہلی بار وہ اپنے گرو سے اس قدر قریب رہا تھا، لیکن

اس قربت میں اب بھی کتنی دوری تھی...؟؟

وہ کمرے میں بند رہ کر اپنے آپ پر پردہ ڈالے رکھتا

تھا، اور کچھ چیلے میں بھی اتنی ہمت نہیں تھی کہ اس سے

کوئی فالو بات کر سکے۔

لیکن آج خلاف معمول گرو اپنے کمرے سے سر شام

ہی باہر نکل آیا تھا۔ اس کے چہرے پر ایک فخریہ

مسکراہٹ بھی تھی...!

مسکراہٹ...! جو بہت کم اس کے ہونٹوں پر

بیرا کرتی تھی۔

اپنے ارد گرد کئی جانوروں کا گور بکھیرے وہ اس

وقت اپنی زبان سے غلیظ الفاظ کا چاچ کر رہا تھا...!

شیطان مردود کی تعریف میں مصروف تھا وہ...!!

”تم ضرور کامیاب ہو گے چیلے...! گرو کی آواز

نے اسے چونکا دیا۔

وہ تیزی سے اٹھ کھڑا ہوا۔

”بیٹھو... بیٹھو...“ گرو نے ہلکی سی مسکراہٹ سے

اسے تسلی دی: ”میرا من گواہی دے رہا ہے کہ شیطان تم

سے خوش ہے...“

”جی... گرو...! وہ سر جھکا کر بولا۔

”تم نے راجیل کو...“

”میں نے پوری کوشش کی تھی گرو...“ چیلے نے

اس کی بات کاٹی: ”میں کئی دن اس کے پیچھے لگا رہا... لیکن

وہ توٹس سے مس نہیں ہوا... وہ پابندی سے نماز ادا

کرنے کے ساتھ ساتھ لوگوں کی مدد کے کاموں میں بھی

مصروف رہا... اس پر کوئی اثر نہیں ہوا... بہت ذہین تھا

وہ... لیکن پھر میں نے سوچا کہ اس پر وقت ضائع کرنے

کے بجائے اس کے بوڑھے والد کو پھنسا یا جائے...“

”ہاں... ہاں... مجھے اندازہ تھا کہ میرا چالاک

شاگرد کچھ نہ کچھ ضرور پھیلانے گا...“

”جی گرو! میں نے راجیل کے باپ سے تعلقات بنانے

کی کوشش کی، بڑے میاں جلد ہی قابو میں آگئے...“

”وہ کس طرح...“ گرو نے اشتیاق سے پوچھا۔

”گرو! آپ کی خراب صحبت میں رہ کر مجھے بھی کچھ

گندی باتیں سمجھ میں آنے لگی ہیں...“

”شاباش! تو جلد ہی ایک بہت خبیث شخص بن کر

شیطان کی نظروں میں اپنا مقام بنا لے گا، تو نے اس

بوڑھے آدمی کے ساتھ کیا کیا...“

”سب سے پہلے تو میں نے بڑے میاں سے ان کے

ماضی کے بارے میں پوچھا، وہ بہت خوش ہوئے اور اپنی

واجبی سی تعلیم اور معمولی سی نوکری کو اپنی بہت بڑی

خوبی بتاتے رہے۔“

”دراصل بوڑھے انسانوں خصوصاً بناؤ لوگوں کا

سب سے بڑا مسئلہ ان کے دل میں پایا جانے والا خوف ہوتا

ہے۔ وہ سمجھتے ہیں کہ اب ہماری اہمیت ختم ہوگئی ہے...“

اب ہم اپنے بچوں کے ماتحت ہو جائیں گے۔ بچے پتہ نہیں

ہمارا خیال رکھیں گے یا نہیں۔“

”جی گرو! آپ نے بالکل سچ کہا۔ میں نے ان بڑے

میاں میں بھی یہ خوف محسوس کر لیا اور اسی خوف کو اٹھار

کر انہیں ان کی اولاد سے بدگمان کرنا شروع کر دیا۔“

”شاباش...“

”مجھے یقین ہے کہ جلد ہی میں اس گھر کے بہت نیک

صفت لوگوں کو آپس میں لڑوانے میں کامیاب ہو جاؤں گا

اور اس کے ساتھ ساتھ بڑے میاں کی نظروں میں اپنے

لیے مقام بھی بنا لوں گا۔“

”شاباش، شاباش! اب تو یہاں سے واپس اپنے شہر

جائے گا تو کئی شکتیاں اور شیطانی قوتیں بھی تیرے ساتھ

ہوں گی۔ ان گندی قوتوں کی مدد سے تجھے راجیل کے گھر کو

تباہ کرنے میں اور ان لوگوں پر قبضہ جمانے میں بہت

آسانی ہوگی۔ تیری چالوں کی وجہ سے باپ کی طرف سے

بدگمان ہو کر جلد ہی بیٹا بھی باپ کے خلاف ہو جائے گا۔“

چیلے چپ چاپ سن رہا تھا، پھر اسے خیال آیا:

”معاف کرنا کرو۔۔۔ میں نے ابھی آپ کی بات کاٹ دی تھی۔۔۔ گستاخی کی تھی میں نے۔۔۔“  
 ”کوئی بات نہیں۔۔۔ وہ پھر مسکرایا: ”اب اٹھو۔۔۔ تم کو میرے ساتھ چلنا ہے۔۔۔“  
 چیلہ فوراً ہی اٹھ کھڑا ہوا:

”چیلے کرو۔۔۔“  
 ”شاباش۔۔۔ پوچھو گے نہیں کہ کہاں!۔۔۔“  
 ”آپ جہاں بھی لے جاؤ۔۔۔ میری آنکھیں بند ہیں۔۔۔ حکم سننے کے لیے صرف کان کھلے ہیں۔۔۔“  
 ”ہوں۔۔۔“ گرو نے ہنکارا بھرا: ”میں تمہیں وہ گھر دکھاؤں گا جہاں وہ جن رہتا ہے، جسے ہم نے اپنے قبضے میں لیتا ہے۔۔۔ تمہیں اسی گھر میں رہنا ہو گا۔۔۔“  
 ”میں۔۔۔ وہاں کیسے رہوں گا گرو۔۔۔؟“

”وہ میں بتا دوں گا۔۔۔ تم پریشان مت ہو۔۔۔ پھر واپس آکر تم کو کچھ چا پ بھی سکھاؤں گا، جن سے تمہاری قوت ارادی مضبوط ہوگی۔۔۔ اور تم کو ذہنی و جسمانی قوت ملے گی۔۔۔ تاکہ پھر تم اپنے کام کا آغاز کر سکو۔۔۔“  
 پھر وہ دونوں باہر نکل آئے تھے۔ روڈ پر آکر گرو نے ایک ٹیکسی روکی:

”کہاں جانا ہے۔۔۔؟“ ٹیکسی والے نے پوچھا۔  
 چیلے نے گرو کی طرف دیکھا، گرو کے ہونٹ ہلے:  
 ”گلستان جوہر۔۔۔“

\*\*\*  
 نہ جانے کتنے لمحے اسی عالم میں گزر گئے، اور شاید مزید کچھ وقت اسی کیفیت کی نظر ہوتا کہ ٹروٹی نے سلیم احمد کا کندھا جھنجھوڑا:  
 ”انکل!۔۔۔ آپ نے اسے دیکھ لیا نا۔۔۔؟“  
 ”آں۔۔۔“ وہ چونکے: ”ہاں۔۔۔ ہاں۔۔۔ میں دیکھ رہا ہوں۔۔۔ وہ ٹیلی شرٹ والا۔۔۔؟“

”ہاں انکل۔۔۔ وہی۔۔۔ اور اب یہ یہاں پہنچ گیا ہے۔۔۔ اس کی حرکت تو دیکھیں۔۔۔“  
 ”ہوں۔۔۔“ سلیم احمد نے طویل سانس لی۔  
 پھر انہیں محسوس ہوا کہ کافی نظریں انہی کی طرف اٹھی ہوئی ہیں۔ البتہ وہ ان سے بالکل بے خبر تھا۔

اپنے آپ میں مگن۔۔۔ اور لا پرواہ سا۔۔۔ یہ دانیال تھا۔۔۔ ہاں۔۔۔ وہی دانیال۔۔۔ جس سے ناظم بھائی نے ان کو متعارف کروایا تھا اور جس کی تصویر بھی وہ پہلے سلیم احمد کو دکھا چکے تھے۔  
 لیکن اس وقت ٹروٹی نے عجیب انداز میں اس تصویر کا دوسرا رخ ان کے سامنے رکھ دیا تھا۔  
 ”بتائیں نا انکل۔۔۔ آپ تو چپ ہیں۔۔۔“ ٹروٹی نے پھر کہا۔

”ہاں۔۔۔“ وہ اپنے آپ کو سنبھالتے ہوئے بولے: ”تم لوگ جاؤ۔۔۔ میں دیکھتا ہوں۔۔۔ اور ویسے بھی اگر میں اسی وقت کوئی بات کروں گا تو تماشا بن جائے گا۔۔۔“  
 ”تو پھر۔۔۔“ ٹروٹی نے حیرت سے انہیں دیکھا: ”آپ کچھ نہیں کریں گے۔۔۔؟“

”یہ میں نے کب کہا۔۔۔؟“ سلیم احمد نے جواب دیا: ”لیکن میں ایک بیٹی کا باپ ہوں۔۔۔ اس لیے مجھے سوچ سمجھ کر اس مسئلے کو حل کرنا ہو گا۔۔۔ تم لوگ جاؤ۔۔۔ شاباش۔۔۔ جاؤ عیشال بیٹا۔۔۔!“

یہ سن کر دونوں تھوڑا سا ہنچچائیں اور پھر ایک دوسرے کی طرف دیکھ کر واپس مڑ گئیں۔  
 سلیم احمد کافی دیر تک کھڑے ہوئے کچھ سوچتے رہے، ان کی نظر بابر دانیال کی طرف اٹھ رہی تھی۔  
 پھر وہ بھی واپس پلٹ آئے، اور دوبارہ ناظم بھائی وغیرہ کے پاس آکر بیٹھ گئے۔

”خیریت تو تھی مناسب۔۔۔“ ناظم بھائی نے پوچھ ہی لیا۔  
 ”ہاں۔۔۔ ہاں۔۔۔“ سلیم احمد زبردستی مسکرا کر بولے: ”خیریت ہی رہی۔۔۔ میرا خیال ہے کہ اب کھانے کا وقت ہو چلا ہے۔۔۔ میں ذرا اندر سے ہو کر آتا ہوں۔“  
 یہ کہہ کر سلیم احمد دوبارہ اٹھ کھڑے ہوئے۔ وہ پوری کوشش کر رہے تھے کہ خود کو تامل رکھ سکیں۔

\*\*\*  
 دھم۔۔۔ دھم کی آوازیں گونجیں، اور وہ دونوں اب اس مکان کے اندر تھے۔ گرو تو فوراً ہی اکڑ کر اٹھ کھڑا ہوا تھا، البتہ چیلے کے اندازے لگ رہا تھا کہ اس کے دل میں خوف اور گھبراہٹ عود کر آئی ہے۔

”کیا تم کو مجھ پر بھروسہ نہیں ہے۔۔۔؟“ گرو کی کڑک دار سرگوشی نے اسے ہلا دیا۔  
 ”نہیں گرو۔۔۔“ وہ تڑپ گیا: ”ہرگز یہ بات نہیں ہے۔۔۔ مجھے آپ پر بھروسہ کیوں نہ ہو گا۔۔۔؟“  
 ”تو پھر۔۔۔ میں تمہارے چہرے پر یہ کیا پڑھ رہا ہوں۔۔۔ میں نے تم سے کہا تھا کہ مکان اس وقت خالی ہے۔۔۔ اور پریشانی والی کوئی بات نہیں ہے۔۔۔ پھر تم کیوں ڈر رہے ہو۔۔۔؟“

چیلہ چپ چاپ اٹھ کھڑا ہوا، اور گرو کی شکل دیکھنے لگا۔  
 ”آؤ میرے ساتھ۔۔۔“

گرو یہ کہہ کر شاہانہ انداز میں چلتے ہوئے آگے بڑھا، چیلہ اس کے پیچھے ہو لیا۔  
 جس حصے میں دونوں کو در آئے تھے، یہ چھوٹا سا بانچہ تھا، فرشی گھاس کے علاوہ کئی پھول پودے چاروں اطراف دکھائی دے رہے تھے۔  
 گو کہ چاروں طرف رات کا اندھرا پھیل چکا تھا، لیکن مکان کے برآمدے میں روشنی تھی جو لان میں بھی

جیسی ہوئی تھی۔  
 کھلے آسمان سے آتی ہوئی چاند کی روشنی اور برآمدے میں چلنے والی لائٹوں سے صاف ظاہر ہو رہا تھا کہ اس بانچے کی طرف کسی کی توجہ نہیں ہے۔  
 برآمدے کے سامنے لان میں کرسیاں بکھری پڑی تھیں۔ کچھ دیر پہلے ہونے والی بارش کی خوشبو بھی پھیلی ہوئی تھی۔  
 لیکن ان باتوں کی طرف بے چارے چیلے کی توجہ کہاں تھی۔۔۔ اس کے ذہن میں تو طرح طرح کے خدشے سر اٹھا رہے تھے۔  
 بس گرو کے بچے تلے قدم تھے، جو اسے حوصلہ دے رہے تھے۔ اس کے وہم و گمان میں بھی نہیں تھا کہ چاروں کی طرح مکان میں کودنا پڑے گا۔  
 اگر وہ اکیلا ہوتا، تو کیا ایسا کر سکتا تھا۔۔۔؟؟  
 ہرگز نہیں۔ اگر کوئی دیکھ لیتا تو۔۔۔؟  
 قسمت اچھی تھی کہ اس وقت گلی سناں تھی۔  
 برآمدے کے پاس آکر گرو روک گیا:  
 ”مکان خالی ہے نا۔۔۔؟“ گرو کے ہونٹوں پر ہلکی سی مسکراہٹ تھی۔  
 ”جی۔۔۔ جی۔۔۔“ چیلے نے جلدی سے سر ہلایا: ”کیا یہاں کوئی رہتا نہیں ہے۔۔۔؟“  
 ”یہ مکان پھر سے آباد ہو چکا ہے۔۔۔ خالی نہیں ہے۔۔۔“  
 ”پھر اس کے مکین کہاں گئے۔۔۔؟“  
 ”کچھ دیر پہلے تو دعوت اڑا رہے تھے۔ اب کہیں باہر گئے ہوئے ہیں۔ بے چارے۔۔۔ آؤ۔۔۔ میں تم کو مکان دکھاؤں۔۔۔ تاکہ تم چیز گود بن میں بھالو۔۔۔ اور تم کو کوئی پریشانی نہ ہو۔۔۔“  
 ”اور۔۔۔ اور وہ جن۔۔۔ کہاں ہے گرو۔۔۔؟“ چیلے نے سوال کیا۔

# ہم ناکام کیوں ہوتے ہیں؟

ہستی کا محوری نقطہ ہے۔ ہمارے معاشرے میں لوگوں کی اکثریت متوسط سوچ اور فکر کے مالک ہے، اس طرز کے لوگ اپنی محدود سوچ کی وجہ سے ترقی نہیں کر پاتے اور ناکام ہو جاتے ہیں۔ ان کی ناکامی کی پہلی وجہ یہ ہوتی ہے کہ وہ علم ہی نہیں رکھتے کہ ہم نے ترقی کیوں کرنی ہے؟ کیسے کرنی ہے؟ وہ معمولی معمولی چیزوں پر اتفاق کر لیتے ہیں۔ کم وسائل اور کم آمدنی کی وجہ سے ناکام ہو جاتے ہیں۔ ہماری ناکامی کی پہلی وجہ ہماری ناکام سوچ ہوتی ہے، جو ہمیں آگے نہیں بڑھنے دیتی۔ ہمارے معاشرے کا ایک المیہ یہ بھی ہے کہ تعلیم کو صرف نوکری کے حصول کا ذریعہ سمجھا جاتا ہے، حالانکہ تعلیم کا اصل مقصد معاشرے کے افراد کو شعور مہیا کرنا ہے۔

## چستی اور تحریک

ناکامی کی دوسری اہم وجہ سستی ہے۔ ناکامیوں کا رونا رونے اور مسائل و مشکلات سے گھبرا کر پیچھے ہٹ جانے والوں کا تجربہ کیا جائے تو معلوم ہو گا کہ وہ ہر کام ست روی سے کرنے کے عادی ہوتے ہیں۔ ان کی توجہ عموماً اپنے کام کی طرف نہیں ہوتی، ہر کام میں سستی کی وجہ سے اپنا بہت سا وقت ضائع کر دیتے ہیں۔ اس کا واضح مطلب یہ ہے کہ وہ اپنی ذمہ داری پوری نہیں کرتے، یہی رویہ

کوئی شخص اس وقت تک خود مختار نہیں ہو سکتا جب تک وہ خود سے سوچنا نہیں سیکھتا اور اپنے اندر اتنی جرأت پیدا نہیں کرتا کہ اپنی اندرونی تحریک پر پیش قدمی کر سکے۔ آپ بلند مقاصد کی جانب قدم بڑھائیں، مواقع خود آپ کو تلاش کر لیں گے۔ ہر مشکل میں ایک کامیابی چھپی ہوتی ہے جو اس مشکل کو ختم کر دیتی ہے۔ عظیم تخلیق کار وہ ہوتے ہیں جو اپنی ناکامیوں سے سبق سیکھ کر کامیابیوں کا راستہ ہموار کر لیتے ہیں۔ یوں وقت ان کے جذبوں کے سامنے سرخم تسلیم کر دیتا ہے، پھر بظاہر دکھائی دینے والی ناکامی بھی اکثر کامیابی میں بدل جاتی ہے۔ غیر اپنے بن جاتے ہیں، دشمن تعریفیں کرنے لگتے ہیں اور کامیاب مستقبل ان کو دور بہت دور سے مانتا بھرے جذبے کے ساتھ اپنی بانہیں پھیلائے آوازیں دیتا ہے۔

سلمان احمد خان

زندگی ایک ایسا میدان عمل ہے جہاں ہر شخص کو افرادی جدوجہد کے ذریعے اپنے لیے کامرانی، خوشی، اطمینان و آسودگی حاصل کرنا پڑتی ہے۔ خود انحصاری، خود اعتمادی اور خود گرمی ہی انسانی

## ناکام سوچ

ان میں ایک جوان تھا اور دوسرا ادھیڑ عمر... جوان نے اب بھی اپنے مخالف کا گریبان ایک ہاتھ سے پکڑا ہوا تھا۔

اندر آ جاؤ... آؤ...  
یہ کہہ کر گرو نے دروازہ کھول دیا۔ پیلے نے بے ساختہ اندر جھانکا، لیکن وہاں تو اندھیرا تھا۔  
گرو نے ہاتھ بڑھا کر دیوار ٹٹولی، دفعتاً وہاں روشنی پھیل گئی اور ایک مسکور کن سی خوشبو چیلے کی ناک سے کرائی۔



سب مہمانوں کو رخصت کرنے کے بعد سلیم احمد اپنی بیگم اور عیشال کو ساتھ لے کر اس کی سبیلی ٹروی کو چھوڑنے چل دیے۔ سلیم احمد مناسب رفتار سے کار چلا رہے تھے، جبکہ بیگم ان کے برابر میں بیٹھی ہوئی انہیں خاندان بھر کے احوال سے آگاہ کر رہی تھیں، جبکہ عیشال اور ٹروی پچھلی سیٹ پر بیٹھی ہوئی سرگوشیوں میں مصروف تھیں۔

ٹروی کو اس کے گھر ڈراپ کرنے کے بعد سلیم احمد نے اپنے علاقے کا رخ کیا۔ اور پھر جیسے ہی وہ اپنی گلی میں داخل ہو کر گھر کے قریب پہنچے، انہیں چونک کر بریک لگانا پڑا:

”یہ... یہ کیا ہو رہا ہے...؟“ سامنے کا منظر دیکھ کر جبکہ بیگم کے منہ سے نکلا۔

دو آدمی ان کے گھر کے پاس آپس میں کھم کھم گھما تھے، جیسے ہی ان دونوں پر کار کی ہیڈ لائٹ کی روشنی پڑی، وہ ہڑبڑا کر سیدھے ہو گئے۔

ان میں ایک جوان تھا اور دوسرا ادھیڑ عمر... جوان نے اب بھی اپنے مخالف کا گریبان ایک ہاتھ سے پکڑا ہوا تھا۔

سلیم احمد نے کار ان کے قریب روک دی۔

(حبابی ہے)



یہ سن کر گرو کے چہرے کی کیفیت بدل گئی۔ وہ چپ سا ہو گیا: ”ہائیں گرو جی...؟ وہ... وہ جن کہاں ہے...؟ جس کے لیے ہم نے یہ سب کچھ کیا ہے...!“  
”ابھی ہم نے کچھ نہیں کیا چیلے...!“ گرو نے سرد آہ بھری: ”ابھی تو عمل کا آغاز بھی نہیں ہوا... ابھی وہ کام کرنا ہے، جو تم پینے میں بھی سوچنا گوارا نہ کرو گے... ہاں...“

”ایسا کیا کام ہے گرو...؟“  
”آؤ... اب وقت کم ہے... جلدی کرو...“ گرو اس سوال کا جواب دینے کے بجائے اتنا کہہ کر آگے بڑھ گیا۔  
چیلے نے چپ سا دھ لی، اب کچھ کہنا مناسب نہیں تھا۔

گرو نے اسے تمام کر کے دکھائے، جو خالی پڑے تھے۔ اور پھر اس نے دوسری طرف کا رخ کیا۔ یہاں ایک چھوٹے دروازے کے پاس آ کر گرو روک گیا۔

یہاں اندھیرا پھیلا ہوا تھا۔ اب گرو اس کی طرف مڑا:

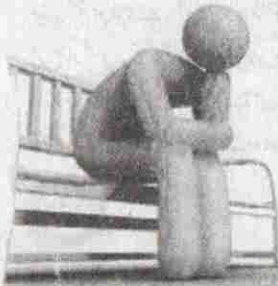
”وہ جن... یہاں ہے...“  
یہ الفاظ سن کر چیلے کے جسم میں سنسنی سی دوڑ گئی:

”اوہ... اچھا...“ وہ اتنا ہی کہہ سکا۔

”ہاں... اور اس سے پہلے کہ میں یہ دروازہ کھولوں... تم میری بات کان کھول کر سن لو... اس گھر سے باہر نکلنے کے بعد تم... مجھ پر ہاتھ اٹھاؤ گے... مجھے مارو گے...!“

”یہ... یہ آپ کیا کہہ رہے ہو گرو...؟“ چیلہ دنگ رہ گیا، وہ حیرت سے گرو کی شکل دیکھنے لگا۔

”مجبوری ہے... یہ ہمارے مشن کا حصہ ہے... میں تم کو بتاتا ہوں کہ تم ایسا کیوں کرو گے... پہلے



ایسے لوگوں کو کوہید اور کم تنخواہ اور کم مواقع کی جانب لے جاتا ہے۔ اس طرح ناکامیاں کسی آسیب کی مانند اُن کا پیچھا نہیں چھوڑتیں۔ دنیا میں کامیابی کا پہلا سبق جتنی اور تحریک ہے جو لوگ یہ سبق یاد کر لیتے ہیں وہ ہر قدم پر کامیاب ہوتے ہیں۔ ایسے لوگ ہمیشہ ذاتی محنت پر یقین رکھتے ہیں۔ ان کا معیار تعلیم خواہ کچھ بھی ہو، ان کی قابلیت کچھ بھی ہو، لیکن وہ زندگی میں آنے والی ہر مشکل کا مقابلہ کرتے ہیں، پھر بار بار کو شش کرنے سے ایک دن وہ اپنی منزل کو پالیتے ہیں۔ اگر آپ کوئی خاص مقام حاصل کرنا چاہتے ہیں، اپنے خوابوں کی تعبیر پانا چاہتے ہیں، تو اس کا ایک ہی حل ہے کہ اپنے باطن میں تحریک پیدا کریں۔

### معاف کر دینا چاہیے

ناکام رہنے کی تیسری اہم وجہ انتقام کا وہ جذبہ ہے جو اکثر لوگ فضول میں دوسروں کے ساتھ روا رکھتے ہیں، اس بنا پر وہ کمزور ہو جاتے ہیں، اس لیے کہ اُن کی توجہ اپنے مقاصد اور ذمہ داریوں سے ہٹ کر انتقام کی طرف چلی جاتی ہے۔ ایسے لوگ بلاوجہ اپنے لیے دکھ اور غم کا راستہ چننے میں عام طور پر ایسے لوگوں کا ذہنی تناؤ بڑھا رہتا ہے۔ اگر آپ چاہتے ہیں کہ آپ اپنے مقاصد اور ذمہ داریوں پر توجہ دیں، تو آپ کو ان لوگوں کو بھی معاف کر دینا چاہیے جو آپ کو تکلیف پہنچاتے رہے، اس لیے کہ معاف کرنے سے آپ کی بہت سی ذہنی الجھنیں ختم ہو جائیں گی، آپ کا اعتماد بحال ہو جائے گا۔ جب آپ معاف کر کے دوسرے کو آزاد کر دیتے ہیں، تو آپ خود بھی آزاد ہو جاتے ہیں۔ آپ کا غصہ، ناراضگی اور انتقام کا جذبہ ختم ہو جاتا ہے۔ آپ خود کو طاقتور، خوش اخلاق اور پُر اعتماد محسوس کرتے ہیں، اپنی بھری توجہ اپنے مقاصد اور ذمہ داریوں پر مرکوز کر دیتے ہیں۔ اسی طرح وہ لوگ جنہیں ہمیں معاف کر دینا چاہیے وہ ہمارے والدین، بچے،

رشتہ دار، دوست، آس میں کام کرنے والے، قریبی تعلقات والے کوئی بھی ہو سکتے ہیں۔ ان میں سے کسی سے بھی تکلیف پہنچ سکتی ہے۔ ان سے کسی صورت میں تکلیف پہنچتی ہو۔ ناصر یہ کہ انہیں معاف کر دینا چاہیے بلکہ ان کا شکر یہ ادا کرنا چاہیے کہ انہوں نے آپ کو جینے کے قابل بنایا۔ وہ لوگ جن کا آپ کی زندگی کے ساتھ تھوڑا بہت تعلق رہا ہو، مثلاً آپ کا اعلیٰ افسر، کاروبار کا شراکت دار، دوست اور ہر وہ شخص جو چلاک بن کر آپ کو پریشان کر رہا، ان تمام لوگوں کو معاف کر کے خود کو آزاد کر دیں تاکہ آپ کا شعور آپ کو ترقی کی جانب گامزن کر سکے۔

### اپنے جذبات کو قابو

### میں رکھیں

یاد رکھیں! بہت سے لوگ غیر معمولی جذبات کی وجہ سے دوسروں سے اچھے تعلقات بگاڑ لیتے ہیں۔ آپ کے منفی جذبات آپ کو کبھی بھی اچھا انسان نہیں بننے دیتے۔ یہ منفی جذبات نہ ہی دوسروں کو متاثر کر سکتے ہیں اور نہ ہی یہ آپ کی زندگی کو تبدیل کر سکتے ہیں بلکہ یہ آپ کی خوشیوں کو تباہ و برباد کر دیتے ہیں۔ آپ کے اعتماد کو مٹی میں ملا دیتے ہیں۔ آپ کی زندگی کے ہر پہلو کو متاثر کر دیتے ہیں۔ لہذا اپنی ناکامی اور غصے کا جواز تلاش کرنے کی بجائے آپ کو چاہیے کہ اپنی ذہانت کو استعمال کر کے ناخوشگوار صورت حال کو بہتر بنائیں۔

اگر آپ کو کوئی مسئلہ درپیش ہے مثلاً ازدواجی مسائل یا معاشی پریشانی ایسے حالات کو بار بار مت یاد کریں اور نہ ہی دوسروں کو بار بار اپنی پریشانی بتائیں اس کی بجائے منفی خیالات کو خود سے دور کرنے کی کوشش کرتے ہوئے اس مشکل صورت حال سے باہر آنے کی پلاننگ کیجئے۔

جب منفی خیالات دور ہو جائیں گے تو خوشگوار حالات خود بخود ان کی جگہ لے لیں گے۔ کامیابی اور خوشگوار

زندگی کا اصول ہے کہ اس کام یا بات کے بارے میں پریشان مت ہوں جو آپ کر ہی نہیں سکتے اور جسے آپ بدل ہی نہیں سکتے، اس کے بارے میں فکر کرنا فضول ہے۔ اگر آپ نے اپنے ذہن میں روشن اور خوشگوار توہمت کی تصویر بنائی ہوگی تو آپ کے لیے خود بخود ایسے حالات پیدا ہو جائیں گے، جس سے آپ اپنے اہداف تک پہنچ جائیں گے۔ اس کائنات میں صرف ایک ہی چیز ہے جس کو آپ قابو میں رکھ سکتے ہیں اور وہ ہے آپ کی سوچ۔

### دو بڑے خوف

مشکلات اور رکاوٹوں سے کبھی گھبراتا نہیں چاہیے کیونکہ کوئی شخص پانی میں گرنے سے نہیں ڈرتا، بلکہ ڈرتا اس وقت ہے جب وہ پانی سے باہر نکلنے کی کوشش ہی نہ کرے۔ مطلب یہ ہے کہ زندگی کی ڈگر پر کسی جگہ ٹھوکر لگ جائے اور آپ گر جائیں تو اسی جگہ مت پڑے رہیے بلکہ اٹھ جائیے اور دوبارہ چل پڑیے۔ یہی اصل جو ان مردی ہے۔

ایک مرتبہ کسی شہزادے نے اکبر بادشاہ سے دریافت کیا کہ ”بادشاہ سلامت! آپ کی فتح کا کیا راز ہے؟“ تو بادشاہ نے مسکرا کر کہا:

”جان جو حکم میں ڈالنے اور مشکلات کا مردانہ وار مقابلہ کرنے میں میری فتح کا راز ہے۔“

زندگی سکون کا نام نہیں بلکہ زندگی تو حرکت سے عبارت ہے۔ جو لوگ متحرک رہتے ہیں اور محنت کرتے ہیں، وہی انعام پاتے ہیں۔ آپ بھی حرکت کیجئے، اپنی عادات و حرکات و سکنات اور کام کرنے میں جتنی کا ثبوت دیجئے، یہی اصل زندگی ہے اور یہی وقت کا تقاضہ ہے۔

تسلی پسندی خود اعتمادی کے منافی ہے۔ ساحل پر بیٹھ کر لہریں گننے سے موتیوں تک ہماری رسائی نہیں ہو سکتی اور نہ اسی طرح ہم زندگی کے امتحان میں پورے اتر سکتے ہیں۔ فتح اس کا دامن چھوٹی ہے جسے فتح کا قصین ہو۔



# عقل حیران ہے...!

## سائنس خاموش ہے...!

دلچسپ عجیب و غریب اور حیرت انگیز واقعات و آثار  
سائنس جن کی حقیقت سے آج تک پردہ نہ اٹھا سکی....

موجودہ دور میں انسان سائنس ترقی کے بدولت  
کئی نظام سے روشناس ہو چکا ہے، سمندر کی  
تہ اور پہاڑوں کے پتھروں پر کامیابی کے جھنڈے گاڑ رہا  
ہے۔ زمین کے بطن میں اور ستاروں سے آگے نئے  
جہانوں کی تلاش کے منصوبے بنا رہا ہے۔ یہ تو  
سائنس نے انسان کے سامنے کائنات کے حقائق  
کھول کر رکھ دیے ہیں لیکن ہمارے ارد گرد اب بھی  
ہم سے ایسے راز پوشیدہ ہیں جن سے آج تک پردہ  
نہیں اٹھایا جا سکا ہے۔ آج بھی اس کوہِ ارض پر  
ہم سے واقعات رونما ہوتے ہیں اور کئی آثار  
ایسے موجود ہیں جو صدیوں سے انسانی عقل کے  
لیے حیرت کا باعث بنے ہوئے ہیں اور جن کے  
متعلق سائنس سوالیہ نشان ہی ہوتی ہے۔

ULTIMATE ANSWER TO YOUR MEDIA NEEDS.

سند کا کثیر الاشاعت مقبول اردو اخبار

Daily JURA'AT Karachi  
روزنامہ جرات  
پبلسٹیٹیو: قراچي

الأخبار

جرات

مسیحا

جرات ہاؤس۔ آئی آئی چندریگر روڈ کراچی فون: 32637641-4 فیکس: 32212613  
ای میل: [www.juraat.com](http://www.juraat.com) // [juraat@juraat.com](mailto:juraat@juraat.com)

## اہرام مصر کی تعمیر کا عجوب

عہد قدیم کا سب سے حیرت انگیز، سائنس اور عقل سے بعید ذہانت اور تعمیرات کا جیتا جاگتا اور ٹھوس ثبوت جو ہمارے سامنے ہے، وہ ہے اہرام مصر!....

اہرام کا نام سننے ہی ہمارے ذہن میں دنیا کے سات عجائبات میں سب سے قدیم پتھروں سے بنے ہوئے فرامین کے دیو بیکل مقبرے آجاتے ہیں۔ یہ اہرام سرزمین مصر کی پہچان ہیں اور صدیوں بلکہ قرونوں سے ریگستان کی جھلسا دینے والی گرم ہواؤں، آندھی، بارش اور بجلی کی کڑک کے باوجود دھرتی پر ایسا وہ ہیں۔ اپنی عجیب و غریب ساخت، حیرت انگیز خصوصیات اور پراسراریت کے سبب آثار قدیمہ سے دلچسپی رکھنے والوں کے لیے اہرام مصر کشش اور تجسس کا باعث ہیں۔ بڑے بڑے پتھروں کو اس عمدگی سے اس قدر بلندی پر جڑے ہوئے دیکھ کر ہر کوئی قدیم مصری تہذیب کے کاریگروں کو داد دینے بغیر نہیں رہ سکتا۔

یہ حیرت انگیز اہرام آج سائنس دانوں کے ذہنوں کو بھی درط حیرت میں ڈالے ہوئے ہیں۔ انہیں

دیکھتے ہی ذہن میں سب سے پہلے یہ سوال ابھرتا ہے کہ آخر اس نادر اور عجوبہ روزگار عمارت کو کیوں اور کس طرح تعمیر کیا گیا ہو گا....؟

اہرام پر صدیوں سے ریسرچ جاری ہے۔ جدید سائنسدانوں، فلسفیوں، آرکیالوجسٹ اور ماہرانی علوم کے ماہرین نے اہرام کی تعمیر کے مقصد کے بارے میں گزشتہ دو سو سالوں سے بہت کچھ لکھا ہے، مگر آج بھی اہرام کے متعلق بہت سے سوالات جو اب طلب ہیں۔

بعض ماہرین مصریات Egyptologist اہرام کو محض مقبرہ یا پھر معبود قرار دیتے ہیں لیکن بعض مؤرخین کا خیال ہے کہ اہرام قدیم علوم کے محافظ ہیں.... انتہائی ہولناک تباہیوں اور طوفانوں کے خطرہ کے پیش نظر قدیم لوگوں نے اپنے علوم، کتابیں، ایجادات اہرام کے خفیہ کمروں میں محفوظ کر لی تھیں تاکہ انہیں محفوظ رکھ سکیں۔ کچھ ریسرچرز کا خیال ہے کہ اہرام خلائی مخلوق U.F.O نے تعمیر کیے ہیں، تاکہ وہ دوسرے سیاروں سے رابطہ قائم کر سکیں یا پھر یہ علم نجوم کے لیے بنائی گئی رصد گاہ ہے۔ بعض ماہرین کے مطابق اہرام زلزلوں کو روکنے کا کام کرتے ہیں....

چند سائنس دانوں کا خیال ہے کہ اہرام دراصل پاور پلانٹ ہیں، جنہیں قدیم ادوار کی ترقی یافتہ قومیں توانائی کے حصول کے لیے استعمال کرتی تھیں۔ یہ توانائی شمسی تھی یا کرسٹل انرجی یا پھر کاسمک ریز، اس حوالہ سے تحقیق

ابھی جاری ہے....

جیرانارل سائنسٹس کا کہنا ہے کہ اہرام دراصل ایسے اینٹینا کا کام کرتے ہیں جو توانائی کو ایک جگہ سے دوسری جگہ منتقل اور دوسری جگہ کی توانائیوں کو موصول بھی کر سکتے ہیں۔ ان کے مطابق قدیم اقوام کے لوگ اسے بطور مواصلاتی نظام بھی استعمال کرتے تھے۔ اسی لیے یہ دنیا کے کونے کونے میں پھیلے ہوئے ہیں۔

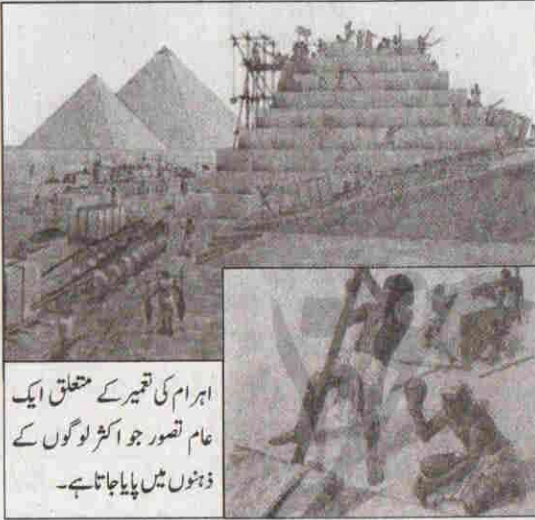
چند محققین کا یہ بھی ماننا ہے کہ یہ مواصلاتی سسٹم ٹیلی پیٹھی کے ذریعہ چلتا تھا۔

قدیم مصر کے لوگ اہرام میں بیٹھ کر اپنے ذہن سے خیالات کو دور دراز فاصلے پر موجود اہرام میں بیٹھے ہوئے لوگوں تک منتقل کر دیتے تھے۔

بعض مغربی ریسرچرز کے مطابق اہرام کی ساری پراسراریت اس کی مخصوص بناوٹ اور زاویہ میں پوشیدہ ہے، ان ماہرین کے مطابق اہرام کی ساخت میں ایک خاص توانائی پنہاں ہے، جسے وہ ”بائیو کاسمک انرجی“ کا نام دیتے ہیں۔

اہرام کے مختلف پہلوؤں پر سیکڑوں کتابیں لکھی گئیں، مگر اس کے بارے میں جو کچھ بھی تحقیق پیش کی گئی، وہ ماورائیت یا پراسراریت کے دائرہ سے باہر نہ نکل سکی.... اہرام کا مقصد کیا تھا یہ جاننا تو ذور، ابھی تک سائنس اس بات کا کھون نہیں لگا پاتی ہے کہ یہ اہرام تعمیر کیے ہوئے....؟

ایک عام تصور جو اہرام کے متعلق لوگوں کے ذہنوں میں پایا جاتا ہے، وہ یہ ہے کہ اس کی تعمیر پانچ ہزار سال قبل فرعون خوفو کے عہد میں شروع ہوئی۔ ایک لاکھ سے زیادہ مزدور درختوں کے رولروں پر بڑے بڑے پتھر



اہرام کی تعمیر کے متعلق ایک عام تصور جو اکثر لوگوں کے ذہنوں میں پایا جاتا ہے۔

رکھ کر رتوں کی مدد سے کھینچتے ہوئے لاتے.... مگر اس تصور کو ماننے میں بعض قباحتیں بھی ہیں، اول یہ کہ صرف غزہ Giza کے اہرام کی تعمیر میں 30 لاکھ کے قریب گرینائٹ کے پتھر استعمال ہوئے ہیں، جن کا وزن 2.6 ٹن سے 70 ٹن تک ہے۔ گرینائٹ کے پتھروں کو بغیر کسی اسٹین لیس اسٹیل کنٹرول یا لیزر ٹیکنالوجی کے کاٹنا ناممکن ہے اور پتھر کی سطح اتنی چکنی ہے جیسے چاندی کا ورق۔ اگر آج کی جدید ترین مشینریز کے ذریعہ سینکڑوں میل دور ”اسوان“ کے پہاڑوں سے ٹنوں وزنی گرینائٹ کے بلاکس کاٹ کر فی دن دس بلاکس کے حساب سے بھی لاکھ لگائے جائیں تو مکمل اہرام کی تعمیر میں 385 سال لگیں گے.... اور یہ بھی ظاہر ہے کہ کسی ایک فرعون کی عمر بھی اتنی نہیں تھی کہ وہ محض اپنے مقبرہ کی تعمیر اپنی موت سے 385 سال قبل شروع کرا سکے....

دوسری بات یہ کہ آج سے پانچ ہزار سال قبل پوری دنیا کی آبادی دو کروڑ کے لگ بھگ ہوگی ایسے میں صرف مصر جیسے صحرائی خطہ میں جہاں صرف دریائے نیل کے

# آرام مصری

مصری میوزیم میں رکھے وہ اوزار، جو ماہرین آثار قدیمہ کے خیال کے مطابق اہرام کی تعمیر میں استعمال ہوئے تھے۔

کنارے زر خیزی پی ہے، وہاں ایک لاکھ سے زیادہ افراد کا جمع ہونا، جن میں معمار، سنگتراش، ملاح، راہب، سوداگر، کسان سرکاری اہلکار اور فرامین کا اپنا کنڈہ الگ، پھر اس صحرائی خطہ میں ایک لاکھ سے زیادہ افراد کی رہائش اور خوراک کا انتظام کرنا سراسر ناممکن ہے.... دوسری جانب دیوہیکل پتھروں کو درختوں کے تنوں پر لڑھکانے کی بات تو مصر کے صحرائی خطہ میں درختوں کے اتنی بڑی تعداد میں درختوں کے تنے کہاں کہ ان سے صرف لڑھکانے کا کام لیا جاسکے، کھجور کے چند درخت وہاں ضرور پائے جاتے ہیں مگر ان کی کھجوریں بطور خوراک استعمال ہوتی تھیں.... ایک برطالوی ریسرچر کرسٹوفر فرنی ڈیون برسوں سے اہرام پر ریسرچ کر رہے ہیں، انہوں نے قدیم مصر میں ایڈوانس مشینری کے حوالے سے کئی مضامین اور کتابیں تحریر کی ہیں۔ کرسٹوفر فرنی ڈیون اپنی کتاب ”غزہ پاور پلانٹ“ میں تحریر کرتے ہیں کہ وہ 1986ء کے دوران جب مصر میں قاہرہ میوزیم کی سیر کے لیے گئے تو انہوں نے دیکھا کہ میوزیم کے ایک کمرے میں پیتل کے مختلف اوزار رکھے ہیں۔ وہ لکھتے ہیں:

”ہمارے گائیڈ نے بتایا کہ یہ اوزار اہرام مصر کی تعمیر میں استعمال ہوتے تھے۔ میں نے معلوم کیا کہ وہ لوگ تانبہ سے گرینائٹ کیسے کاٹ لیتے تھے۔ گائیڈ نے کئی نظریات بتائے مگر میں مطمئن نہیں ہو سکا کیونکہ میں

آرکیالوجسٹ نہیں بلکہ ٹیکنالوجسٹ ہوں۔ میں جانتا ہوں کہ اتنے بڑے گرینائٹ کو تانبہ سے کاٹنا ناممکن سی بات ہے.... پھر میرا اگلا سفر اسوان کا تھا جہاں سے یہ پتھر کاٹ کر لائے جاتے تھے۔ وہاں ملکہ حتشپسوت کا ایک نامکمل ستون موجود ہے جس کا وزن 1170 ٹن کے قریب ہے۔ اس کی تراش خراش اور کٹائی کا گہرا جائزہ لینے پر یہی معلوم ہوتا ہے کہ یہ لیٹھ مشین کے بغیر ممکن نہیں۔ تقریباً تمام پتھروں کی کٹائی ایک ہی ساز کی ہے اور ان میں 0.001 کا فرق بھی موجود نہیں۔ دوسری اہم چیز جو دیکھنے میں آئی وہ پتھروں میں ہونے والے سوراخ تھے جو ڈرل مشین کے ذریعے ہی کیے جاسکتے ہیں۔ بعض سوراخ ڈھلوانی طور پر کیے گئے تھے اور بعض لچھے دار انداز کے تھے، بعض سوراخ کا قطر 12 انچ اور گہرائی 100 انچ تک ہے۔ یہ بات طے ہے کہ قدیم مصری موجودہ دور میں استعمال ہونے والی جدید مشینوں کی مانند مشینوں کے استعمال سے واقف تھے۔ یہ بھی ہو سکتا ہے کہ گرینائٹ کی چٹانوں میں سوراخ کرنے کے لیے وہ الٹراسونک مشین استعمال کرتے ہوں کیونکہ ان کے انیس سے پچیس ہزار سائیکل فی سیکنڈ کے ارتعاش سے ہی گرینائٹ میں سوراخ کیے جاسکتے ہیں۔ قدیم مصریوں نے جو گرینائٹ کاٹے تھے، جدید ترقی یافتہ دور کی ڈائمنڈ ڈرل مشین بھی اس کا صرف 500 واں حصہ کاٹ سکتی ہے۔“

ان پتھروں کو اٹھا کر یہاں لانا اتنا بڑا کارنامہ نہیں، اس سے بڑا کارنامہ ان کو اس ترتیب سے کھرا کرنا ہے کہ ان میں ہر ایک کے درمیان انچ کے ہزاروں حصے کا بھی فرق نہیں۔ اتنی بڑی چٹانوں کو اس کارگیری سے لگانا کہ ذرا بھی عیب باقی نہ رہے اس بات کی نشاندہی کرتا ہے کہ یہ کام موجودہ دور میں زیر استعمال دیوہیکل مشینوں کے ذریعہ بھی ممکن نہیں ہو سکتا.... یعنی اس کام کے لیے جو

ٹیکنالوجی استعمال کی گئی ہوگی، موجودہ ترقی یافتہ دور میں اس کوئی تصور موجود نہیں ہے....

پراسرار علوم کے ماہرین ایڈگر کیسی اور لوب سنگ رمپا کے مطابق قدیم مصریوں کے پاس ایسی مشینیں تھیں جو کشش قوت کی نفی کر سکتی تھیں۔ جس کی مدد سے کئی ٹن وزنی پتھروں کو پروں کی طرح اٹھا کر لایا ہوا میں تیرا کر ایک جگہ سے دوسری جگہ پہنچایا جاتا تھا۔

ایک ماہر علوم مصریات ولیم کنگس لینڈ اپنی کتاب ”گریٹ پیرامڈ ان ٹیٹ اینڈ کیشن“ میں تحریر کرتے ہیں کہ ”اہرام مصر کی تعمیر میں استعمال ہونے والے پتھروں کو ان منتروں کے ذریعے وہاں تک لایا گیا ہے جو پادری اور مزدور پڑتے تھے....“

محترم قارئین! یہ بھی تو ممکن ہے کہ مصری راہب کسی ایسے حقیقی علم سے واقف تھے جو کشش قوت کو ختم کر دیتا ہو....؟ اور یہ علم بتدریج وقت کی پہنائیوں میں کبھی کھو گیا ہو.....؟

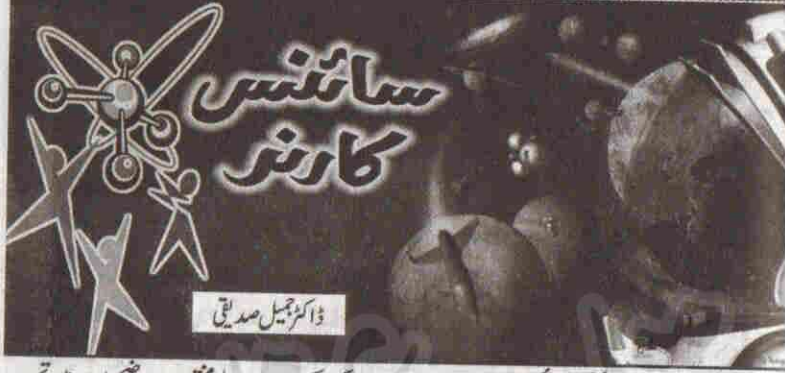
ایک اور پراسرار علوم کے ماہر اور تھیوسوفسٹ اے پی سینٹ اپنی کتاب ”دی پیرامڈ اینڈ اسٹون میج“ میں لکھتے ہیں ”عظیم اہرام کی تعمیر میں ایسے بھاری بھاری پتھروں کو اس قدر سلیقے اور ہنر مندی سے استعمال کرنا اس بات کی نشاندہی کرتا ہے کہ وہ لوگ فطرت کے کسی ایسے علم پر دسترس رکھتے تھے جو آج انسان کی نظروں سے اوجھل ہو چکا ہے۔ پوشیدہ فطری علوم کے ماہرین ان پتھروں کو لہنی مرضی کے مطابق ہوا میں تیراتے ہوئے اپنی مطلوبہ جگہ پہنچانے



اسوان میں موجود ساڑھے تین ہزار سال قدیم ملکہ حتشپسوت کا ایک نامکمل ستون، جس کا وزن 1170 ٹن کے قریب ہے۔ اس کی کٹائی، تراش خراش اور ایک جگہ سے دوسری جگہ منتقل جدید قسم کی مشینری کے بغیر ممکن نہیں۔

کے طریقے سے پوری طرح واقف ہوں گے۔ اہرام کی تعمیر کرنے والے ماضی کے لوگ نجوم اور ریاضی میں بھی کافی حد تک ایڈوانس تھے۔ ایک اور مغربی ریسرچر ایرک وان ڈیکن کے خیال میں اہرام کیپیوٹر کی مدد سے تعمیر ہو سکتا ہے یا پھر شاید دوسرے سیاروں کی ذہین مخلوق نے لیزر شعاعوں سے بڑے بڑے پتھروں کو تراشا ہوگا اور ایٹمی گریوٹی یعنی چیزوں کو بے وزن کر دینے والے آلات سے کام لے کر وزنی پتھروں کو نو سو فٹ کی بلندی تک ترتیب وار جوڑا ہوگا۔ ایرک کے مطابق قدیم زمانے میں مصر ایسا مقام رہا ہے جہاں طوفان نوح جیسا عظیم اور تاریخی سانحہ پیش آیا، لہذا ہو سکتا ہے کہ طوفان سے قبل اپنی باقیات کو محفوظ رکھنے کے لیے اہراموں کی تعمیر کی گئی اور طوفان نوح سے قبل ایسی قوم موجود رہی ہو جو ہم سے کہیں زیادہ ترقی یافتہ ہو۔

سائنسدانوں کے مطابق اہرام مصر آج سے تقریباً پانچ ہزار برس قبل تعمیر کیے گئے، لیکن موجودہ دور میں بھی ایسی ہی عجیب العتول واقعات رونما ہو رہے ہیں، جن کی



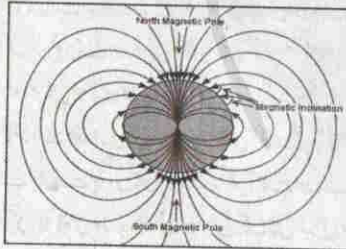
ان صفحات پر آپ بھی سائنسی حقائق کے بارے میں دریافت کر سکتے ہیں۔ سوال مختصر اور واضح الفاظ میں تحریر کریں اور اس پتے پر ارسال کر دیں۔

سائنس کارنر Q&A معرفت روحانی ڈائجسٹ 1-D, 1/7 ناظم آباد، کراچی

Q: زمین کے قطب کیوں بنے اور کیا یہ قطبین تبدیل ہوتے ہیں...؟

(صائمہ اصغر - گجرانوالہ، ہاریہ، بٹول - حیدرآباد، محمد عثمان - نوشہرہ)

A: زمین کا بیرونی خول سخت ہے مگر اندرونی حصہ مائع حالت میں ہے، جس میں کثیر مقدار میں لوہے کے ذرات پائے جاتے ہیں۔ زمین کی محوری گردش کے سبب اندرونی مائع ہمیشہ متحرک رہتا ہے۔ اس حرکت کی وجہ سے برقی رو پیدا ہوتی ہے جو مقناطیسی میدان بناتی ہے، اس مقناطیسی میدان کی حد زمین کے اطراف فضائی کرہ میں بھی کئی کلومیٹر دور تک پھیلی ہوئی ہے جسے



magnetosphere کہا جاتا ہے۔ زمین کا جغرافیائی شمالی اور جنوبی قطب ہمیشہ مستقل رہتا ہے اور ہم اسے نقشہ میں پیش کر سکتے ہیں لیکن زمین کا مقناطیسی شمالی اور جنوبی قطب مستقل نہیں رہتا کیوں کہ زمین کے اندرونی مائع کے متحرک رہنے کے سبب مقناطیسی قطبین کی جگہ اور سمت تبدیل ہوتی رہتی ہے۔ اس متحرک مائع کی وجہ سے پیدا ہونے والا مقناطیسی میدان زمین پر موجود ہر شے کو اپنی جانب کھینچنے کا سبب بنتا

ہے۔ اسی خصوصیت کا فائدہ اٹھاتے ہوئے سائنس دانوں نے مقناطیسی سوئی سے سمت بتانے والا آلہ دریافت کیا جسے Compass کہا جاتا ہے۔ یہ ہمیشہ شمالی قطب کی جانب اشارہ کرتا ہے۔ اگر آپ شمالی قطب پر موجود ہیں اور آپ کے پاس D 3 سمتی آلہ ہے تو وہ بالکل نیچے کی جانب اشارہ کرے گا۔ جس کا مطلب ہے کہ آپ کے قدم اس وقت زمین کے شمالی قطب پر ہیں۔ جیسا کہ ہم نے جانا کہ زمین کے مقناطیسی قطبین کی سمت ہمیشہ تبدیل ہوتی رہتی ہے اسلئے فضائی سفر کے دوران ہوائی جہاز کے پاکٹ مقناطیسی سمتی آلہ اور نقشہ دونوں کا استعمال کرتے ہوئے زمینی اسٹیشن سے مزید رہنمائی حاصل کرتے رہتے ہیں تاکہ انہیں سمت کا مناسب اندازہ ہو سکے۔ آپ کو یہ جان کر حیرت ہو گی کہ سائنس کے مقناطیسی اصول کے مطابق دو یکساں قطبین

فیصد دائرے برطانیہ میں دیکھے گئے ہیں، جبکہ باقی دس فیصد کا تعلق امریکہ، افریقہ، کینیڈا، آسٹریلیا، جنوبی امریکہ، روس اور جاپان سے ہے۔ ان پر اسرار دائروں کے اندر کا تجربہ کیا گیا تو پتہ چلا کہ یہاں عموماً مقناطیسی لہریں بہت طاقتور ہوتی ہیں۔ ماہرین کو ان پر اسرار دائروں کے اندر آواز کی ہائی فریکوئنسی لہروں کی موجودگی کے شواہد بھی ملے ہیں۔ جب کہ کئی ماہرین نے پر اسرار دائروں کے اندر تھانکس کی پکڑاؤ بھی کی ہے۔

یہی صورت حال ابرام مصر کے ساتھ بھی نظر آتی ہے.... ابرام بھی دنیا کے کئی خطوں میں پائے جاتے ہیں اور ان میں بھی مقناطیسی لہروں کی شدت نوٹ کی گئی ہے اور

حقیقت کے حوالے سے سائنسدان انکشت بدنداں ہیں اور کچھ نہیں پارے کہ انہیں انسانوں نے کیسے بنایا....؟ اور نہ ہی موجودہ دور کی جدید ٹیکنالوجی سے آراستہ حساس مثال کے طور پر نومبر 2011ء کے شمارے میں ہم نے انہی صفحات پر ہم نے تذکرہ پیش کیا تھا کہ اس دور میں دنیا کے مختلف ملکوں میں کھیتوں میں تیار فصلوں کی اس خوبصورتی کے ساتھ پر اسرار طور پر کٹائی کی جا رہی ہے کہ کسی اور ماورائی مخلوق نے بنایا تھا۔ یا پھر کسی دوسرے سیارے سے آنے والی خلائی مخلوق نے اس حیرت انگیز تعمیر کو پایہ تکمیل تک پہنچایا۔ ابرام کی تعمیر کی اصل وجہ ابھی تک اسرار کے پردوں میں ہے، کیا سائنسدان ان پر اسرار حقائق منظر عام پر لانے میں کامیاب ہو جائیں گے...؟؟

ابرام کی طرح موجودہ دور کے پر اسرار دائروں کا وجود بھی عقل کو حیران کیے ہوئے ہے.... جس کی خبریں گذشتہ 40 سال سے منظر عام پر آ رہی ہیں۔ حیرت انگیز بات یہ ہے کہ کھڑی فصلوں میں یہ دائرے عموماً تاریکی میں بنتے ہیں۔ اکثر اوقات یہ دائرہ یا ڈیزائن بننے میں ایک منٹ سے بھی کم وقت لگتا ہے۔ موجودہ دور کے اس محیر العقول عجوبہ کے بارے میں بھی سائنسدان محو حیرت ہیں اور کچھ نہیں پارے کہ انہیں کس نے اور کیسے بنایا....؟ اگر یہ انسانی ہاتھ کا کرشمہ ہے ایسی ہزاروں کارروائیوں کے باوجود ان کے کسی تخلیق کار کو آج تک پکڑا یا دیکھا کیوں نہیں جاسکا....؟؟

اس کی تعمیر میں بھی انسانی ہاتھوں کا سراغ نہیں مل سکا ہے اور نہ ہی موجودہ دور کی جدید ٹیکنالوجی سے آراستہ حساس اور دیو پیکل مشینز اس قابل ہیں کہ ایسی محیر العقول تعمیر کا کام انجام دے سکیں....

اگر یہ انسانی ذہانت کا کمال نہیں ہے تو کیا ان کو جراثیم یا خلیوں میں کھیتوں میں تیار فصلوں کی اس خوبصورتی کے ساتھ پر اسرار طور پر کٹائی کی جا رہی ہے کہ کسی اور ماورائی مخلوق نے بنایا تھا۔ یا پھر کسی دوسرے سیارے سے آنے والی خلائی مخلوق نے اس حیرت انگیز تعمیر کو پایہ تکمیل تک پہنچایا۔ ابرام کی تعمیر کی اصل وجہ ابھی تک اسرار کے پردوں میں ہے، کیا سائنسدان ان پر اسرار حقائق منظر عام پر لانے میں کامیاب ہو جائیں گے...؟؟

دائرے دریاقت ہو چکے ہیں۔ دلچسپ بات یہ ہے کہ 90



دائرے دریاقت ہو چکے ہیں۔ دلچسپ بات یہ ہے کہ 90



# Yoga Madra Posture

## یوگا مدرا آسن



ہے۔ اب وقت آگیا ہے کہ آپ اپنے جسم کی دیکھ بھال کریں۔ آپ کو اپنی غذا پر توجہ دینا چاہیے۔ ورزش کریں اور مثبت طرز زندگی اپنائیں۔ اس عمر میں یوگا کی مشقیں آپ کو جسمانی اور ذہنی طور پر صحت مندر کھنے میں معاون ثابت ہو سکتی ہیں۔ ویسے تو یوگا کی مشقیں تین ایج میں شروع کرنا مفید رہتا ہے۔ مگر تیس سال کے بعد جسم کو ان مشقوں کی زیادہ ضرورت پڑتی ہے۔ مرد ہوں یا خواتین سب کی خواہش ہوا کرتی ہے کہ وہ ہمیشہ خوبصورت اور پرکشش نظر آئیں۔ یوگا کی مشق ”یوگا مدرا“ اس سلسلے میں مفید ثابت ہو سکتی ہے۔

**طریقہ:** آپ آنتی پاتنی مارکر، آسمان اور پرسکون حالت میں بیٹھیے، اس طرح بیٹھنے کے بعد آپ کمر کے پیچھے اپنے بائیں ہاتھ سے دائیں بازو کی کلائی پکڑیں۔ پھر سانس خارج کرتے ہوئے آگے کی جانب جھکیں، یہاں تک کہ آپ کی پیشانی فرش تو چھونے لگے۔ اپنے بازوؤں اور ہاتھوں کو ڈھیلا رکھیں، پھر سانس خارج کرتے ہوئے آہستگی سے پچلی بیٹھی ہوئی پوزیشن میں واپس آجائیں۔ کلائی کی گرفت کو چھوڑ دیں، ٹانگوں کو سیدھا کر لیں اور آرام کریں۔

**فوائد:** اس مشق سے چہرے پر تازگی آتی ہے، آنکھوں میں رونق پیدا ہوتی ہے، آنکھوں کے گرد سیاہ حلقے اور چہرے پر پڑی جھانیاں دور ہوتی ہیں اور تنکاوٹ ختم ہو کر جسم ہشاش بشاش ہوجاتا ہے۔

۱۵۱۸

ورزش کا سب سے بڑا مقصد جسم میں دوران خون کو صحیح حالت میں رکھنا ہے۔ اگر خون جسم کے تمام اعضاء اور باریک ترین نسلوں تک باقاعدگی سے پہنچتا رہے تو انسان نا صرف ہر قسم کے امراض سے محفوظ رہتا ہے بلکہ جسم کی قوت مدافعت میں بھی بہتری آتی ہے۔ یوگا کی مشقیں جسم کو فعال اور قوت مدافعت کو مضبوط بنانے میں مفید ہیں۔

ہم زندگی کو دو مختلف ادوار میں تقسیم کر سکتے ہیں۔ پہلا دور جسم کی تعمیر کا ہے، جو پیدائش سے شروع ہو کر تقریباً تیس سال کی عمر پر ختم ہوجاتا ہے، جب فطرت ہماری دیکھ بھال کرتی ہے۔ کسی نوزائیدہ بچے کو دیکھیں! وہ زیادہ تر سوتا رہتا ہے کیونکہ فطرت کو اس کے جسم پر کام کرنا ہوتا ہے۔ اس دوران جسمانی ساخت بنتی ہے، دماغ کی پرورش ہوتی اور مدافعتی سسٹم تروتون پاتا ہے۔

اس دوران ہماری توانائی بھر پور ہوتی ہے اور اس کے ذریعے جسم میں پلک موجود رہتی ہے۔ اسی دوران بے شک آپ اپنی دیکھ بھال نہ کریں کیونکہ فطرت اپنا رول ادا کرتی رہتی ہے۔ آپ دیکھ سکتے ہیں کہ بچے کس قدر سرگرم ہوتے ہیں۔ کس قدر ان میں پلک ہوتی ہے اور یہ توانائی سے لبریز ہوتے ہیں۔

دوسرا دور تعمیر شدہ جسم کی دیکھ بھال کا ہے۔ .... جو تیس سال کے بعد شروع ہوتا ہے۔ ہماری جسمانی اور ذہنی نشوونما مکمل ہو چکی ہوتی ہے اور فطرت اپنا کام کر چکی ہوتی

فروری ۲۰۱۷ء

کے درمیان دفع کا عمل ہوتا ہے اور مختلف قطبین کے درمیان کشش کا عمل ہوتا ہے جس کا مطلب یہ ہے کہ اگر آپ دو مقناطیس ہاتھ میں لے کر دونوں کے شمالی قطب ایک دوسرے کے قریب لائیں تو دفع کی قوت انہیں ایک دوسرے سے دور ہٹا دیتی ہے۔ اس کے برعکس ایک مقناطیس کا شمالی قطب دوسرے مقناطیس کے جنوبی قطب کو کشش کرتا ہے لیکن مقناطیس سوئی کا شمالی قطب زمین کے مقناطیسی میدان کے شمالی قطب کی جانب اشارہ کیوں کرتا ہے۔ .... اس کا جواب یہ ہے کہ سمت بتانے والی مقناطیسی سوئی کا شمالی قطب دراصل زمین کے جس قطب کی جانب اشارہ کرتا ہے وہ جنوبی قطب ہے لیکن چون کہ نقشہ اور گلوب میں ہم اسے اوپر کی جانب دکھاتے ہیں اس لیے ماہرین نے یہ فیصلہ کیا کہ سمتی آکے کا شمالی قطب اور زمین کا شمالی قطب ایک ہی رکھا جائے تاکہ سمجھنے میں کٹکٹ نہ ہو۔ مقناطیس کے شمالی قطب کو جنوبی قطب سے جوڑنے والی غیر مرئی شعاعیں مقناطیسی میدان بنتی ہیں۔ ان شعاعوں کے خطوط قطبین پر ایک دوسرے سے قریب ہوتے ہیں جبکہ درمیانی حصے میں ایک دوسرے سے دور ہوتی ہیں، جس کی وجہ سے مقناطیسی میدان کی طاقت درمیانی حصے کی نسبت قطبین پر زیادہ ہوتی ہے۔ زمین کے مقناطیس ہونے کا ہمیں یہ فائدہ ہوتا ہے کہ سورج سے آنے والی شعاعوں میں چارج شدہ ذرات پائے جاتے ہیں۔ جو مقناطیسی میدان کی وجہ سے قطبین کی جانب مڑ جاتے ہیں۔ اس طرح مقناطیسی میدان ہمیں سورج کی جانب سے فضائی کرۂ میں داخل ہونے والی مسعز ذرات سے محفوظ رکھتا ہے۔



Q: خزاں کے موسم میں پتوں کے رنگ کیوں تبدیل ہو جاتے ہیں....؟

(صاحبزادہ عبدالودود۔ ساگھڑ)

A: جب دن چھوٹے ہونے لگتے ہیں اور موسم میں خشکی آ جاتی ہے۔ ایسے میں، درختوں کے سرسبز و شاداب پتے اپنی شانوں سے جدا ہونے سے قبل سرخ، نارنجی، زرد اور بھورے رنگ میں تبدیل ہونا شروع ہو جاتے ہیں۔ سائنس دانوں کا کہنا ہے کہ سردیوں کے موسم میں پودوں میں ”فونو سینتھیسز“ کے لیے روشنی اور پانی کم ہونے کی وجہ سے یہ تبدیل ہو رہا ہوتا ہے۔ اس موسم میں درخت اور پودے اسی خوراک کو استعمال کرتے ہیں جسے وہ گرمیوں کے موسم میں ذخیرہ کر لیتے ہیں۔ خوراک کی نامناسب مقدار کی وجہ سے پودوں میں ”کلوروفل“ غائب ہونا شروع ہو جاتا ہے۔ کلوروفل ایک کیمیائی ہے جس سے پودوں میں سبز رنگ نظر آتا ہے اور جب یہ کیمیائی ختم ہونے لگتا ہے تو ہم انہی سبز پتوں کو زرد، نارنجی اور سرخ رنگ میں تبدیل ہوتا دیکھتے ہیں۔

”فونو سینتھیسز“ عمل کیا ہے؟ اس کی مختصر سی تفصیل کچھ یوں ہے کہ پودے اپنی جڑوں کی مدد سے خوراک حاصل کرتے ہیں، اور ہوا سے کاربن ڈائی آکسائیڈ لیتے ہیں۔ یہ سورج کی روشنی کی مدد سے پانی اور کاربن ڈائی آکسائیڈ کو آکسیجن اور گلوکوز میں تبدیل کرتے ہیں۔ اس عمل کو فونو سینتھیسز کہا جاتا ہے۔ آکسیجن ہوا میں موجود ایک گیس ہے جس سے ہم سانس لیتے ہیں۔ گلوکوز کو شکر کا بادشاہ بھی کہا جاتا ہے۔ پودے اس گلوکوز کو بطور خوراک استعمال کرتے ہیں۔ ...



نورانی کا مجنت

# رکیں دیکھیں



رکیں تو انائی صحت اور زندگی کی بنیاد ہے۔ ہر ذی

روح میں یہ تو انائی موجود ہوتی ہے۔ اس تو انائی کی کمی سے صحت اور حراز میں تبدیلی آسکتی ہے۔ اگرچہ یہ تو انائی پیدا نہیں ہوتی ہے۔ ایک صحت مند جسم میں موجود ہوتی ہے۔ ایک صحت مند جسم میں اس کا بہاؤ تو انائی کی مخصوص گزر گاہوں کے ذریعے ہوتا ہے۔ ذہنی دباؤ، منحنی رویے اور زندگی گزارنے کا غلط اسلوب اس کے بہاؤ میں رکاوٹ پیدا کرتا ہے۔ رکیں کا مخصوص عمل ان رکاوٹوں کو دور کر کے اس قوت کا آزادانہ بہاؤ بحال کر دیتا ہے۔ رکیں علاج کے دوران بعض اوقات جسم کے جس حصہ میں کوئی مسئلہ ہوتا ہے وہاں مریض کو حدت، سنسنی یا درد محسوس ہو سکتا ہے لیکن چند لمحوں کے بعد ہر قسم کا تناؤ ختم ہو جاتا ہے۔ بعض اوقات پٹھے جب تناؤ سے نکلنے ہیں تو پھڑکنے لگتے ہیں۔ اس طرح عموماً سونے سے پہلے لوگوں کی یہ کیفیت ہوتی ہے۔ علاج یعنی رکیں سیشن کے دوران مریض کا انداز تنفس بھی تبدیل ہو جاتا ہے۔ ان کا سانس نہایت گہری سٹخ سے آنے لگتا ہے۔ سانس کی آمدورفت ست لیکن گہری ہو جاتی ہے۔ رکیں علاج لوگوں کو ایک طرح کی استغراقی حالت میں لے جاتا ہے، جس سے انہیں سکون ملتا ہے۔ بعض لوگوں کو تو اتنا سکون ملتا ہے کہ وہ سو جاتے ہیں۔ یہ کیفیت جسمانی

اور ذہنی لحاظ سے بہتر ہوتی ہے۔

رکیں تو انائی سے علاج کا طریقہ کار بھی نہایت سہل ہے۔ اس کے لیے آپ پر سکون حالت میں صوفے پر یا بیڈ پر بیٹھ یا لیٹ جائیں یا اس کے علاوہ اور کوئی آرام دہ حالت ہو، رکیں ٹیبلر اپنے ہاتھ آپ کے تکلیف والے حصے کے اوپر رکھ دے گا اور پندرہ یا بیس منٹ یا اس سے زیادہ رکیں دے گا، اس بات کا انحصار بیماری کی حالت پر ہے۔ یہ ایک گھنٹہ بھی ہو سکتی ہے۔ یہاں رکیں کی ایک مفید مشق دی جا رہی ہے جو آنکھوں کے مسائل اور سانسوں کی بہتری میں مفید پائی گئی ہے۔

**طریقہ:** مریض کو آرام دہ حالت میں لٹادیں۔ آپ مریض کے سرہانے بیٹھ جائیں اور اپنی ہتھیلیوں کو مریض کی پیشانی پر رکھیے، اس طرح کہ آپ کی شہادت کی انگلیاں اور انگوٹھے آپس میں ملحق ہوں۔ آپ اپنے ہاتھوں کو آرام سے مریض کے چہرے پر رکھیں، اس طرح کہ وہ باسانی سانس لے سکے۔ یکسوئی اور سکون کے لیے آپ مریض کی آنکھوں پر ٹشو پیپر بھی رکھ سکتے ہیں۔ مگر خیال رہے کہ اس کے سانس لینے میں رکاوٹ نہ ہو۔

**فوائد:** یہ مشق سانس، آنکھوں کے مسائل، سردی، الرجی، بخار اور دانتوں کے امراض میں مفید پائی گئی ہے۔



# دودھ

کیشیم سے بھرپور اور قدرت کا ایک اصول تحفہ ہے۔ غریب اور امیر، چھوٹا بڑا، مرد عورت ہر کوئی اس نعمت سے لطف اندوز بھی ہوتا ہے۔ مکمل غذا بھی پاتا اور اپنے ذہن و جسم کی پرورش بھی کرتا ہے۔

دنیا میں دودھ کے بڑے قدرتی ذرائع میں بھینس، گائے، بکریاں اور بھیڑیں شامل ہیں۔ یورپ اور امریکہ کے باشندے گائے کا دودھ ترجیحاً اور وافر مقدار میں استعمال کرتے ہیں۔ جبکہ ایشیا میں بھینس کا دودھ اولیت اختیار کیے ہوئے ہے۔ تاہم مشرق وسطیٰ، بالخصوص عرب ممالک میں بھیڑ کے دودھ کی بھی خاص اہمیت ہے، اسی

# دودھ



## تسرین شاپین

طرح ہمارے ملک کے دیہی علاقوں میں بکریوں کا دودھ گھروں میں کسی حد تک استعمال ہوتا ہے۔

دودھ اپنی اصلی حالت اور حیثیت میں استعمال ہونے کے ساتھ ساتھ مختلف مصنوعات کی تیاری میں بھی بنیادی

کیشیم و دیگر صحت بخش اجزاء سے بھرپور "دودھ" نا صرف مکمل غذا ہے بلکہ ذہن و جسم کو فوری طاقت و تسکین پہنچانے کا اصول قدرتی تحفہ بھی ہے۔ دودھ کا زیادہ استعمال دانتوں کے اوپر چڑھی ہوئی قدرتی پائش کو خراب ہونے سے روکتا ہے اور اسے بحال کرنے میں مدد دیتا ہے۔ بڑھتی عمر کے بچوں کو باقاعدگی سے دودھ کا استعمال کرانے سے ان کی ہڈیوں کی نشوونما تیز ہوتی ہے۔

کر دار اور کرتا ہے۔ مثلاً ادنیٰ، گھی، پنیر، کھویا، آئس کریم، چائے، لسی، کبیر، فالودہ وغیرہ۔

بھینس کے دودھ کے غذائی اجزاء ماہرین کے مطابق بھینس کا دودھ مکمل طور پر ایک فطری غذا ہے، جو دیگر جانوروں کے دودھ کے مقابلے میں زیادہ صحت بخش ہے۔ بھینس کے دودھ کا ذائقہ بھی دوسرے دودھ سے اچھا ہوتا ہے۔ یہ گاڑھا اور لذیذ ہوتا ہے، اس میں وافر مقدار میں پکٹائی موجود ہوتی ہے۔ یہ دودھ بہت ہی سفید اور صاف ہوتا ہے۔ جبکہ بھینس کے دودھ میں دیگر جانوروں، یعنی گائے، بھیڑ اور بکری کے دودھ کے مقابلے میں کو لیسرول کی مقدار کم ہوتی ہے۔



فروری ۲۰۱۲ء

رنگین ناچٹ

کے دودھ میں کیلشیم کی مقدار سب سے زیادہ ہوتی ہے، اس طرح یہ دودھ آئرن، فاسفورس اور وٹامن کی فراہمی کا بھی ایک بڑا ذریعہ ہے۔ گائے کے دودھ کے مقابلے میں بھیش کے دودھ میں دوسے چار گنا زیادہ Natural Antioxidant Tocopherol اور Peroxidase مرکبات پائے جاتے ہیں جو انسانی جسم کو مضبوط بناتے ہیں۔ بھیش کے دودھ کا ایک بڑا فائدہ یہ بھی ہے کہ اس سے کوئی بیماری نہیں ہوتی، جبکہ گائے کے دودھ سے اکثر لوگوں کو الرجی ہوجاتی ہے، جسے سی ایم اے یعنی Cow Milk Allergy کہتے ہیں۔

### دودھ کے خواص

دودھ غذائیت سے بھرپور خوراک ہے جس میں پروٹین لیکوز اور معدنیات پائے جاتے ہیں۔ 200 گرام دودھ کی مقدار میں 40 ملی گرام دودھ پایا جاتا ہے۔ اتنی کم مقدار موجود ہونے کے باوجود بھی یہ بہت زیادہ توانائی بخش ہے اور خون کی کمی کے مرض کو ختم کرتا ہے۔ دودھ سے حاصل ہونے والا پروٹین ہمیں سرطان سے محفوظ رکھتا ہے۔ دودھ میں Tryptophan شامل ہوتا ہے اور یہ مادہ Serotonin میں تبدیل ہوجاتا ہے اور نیند کو کنٹرول کرتا ہے۔

دودھ ہمیں ایسے بہت سے امینو ایسڈز فراہم کرتا ہے جنہیں ہمارا جسم خود نہیں بنا سکتا۔ دودھ کا زیادہ استعمال دانتوں کے اوپر چڑھی ہوئی قدرتی پالش کو خراب ہونے سے روکتا ہے، اور اسے دوبارہ بحال کرنے میں مدد کرتا ہے۔ یوں دانتوں کے جلد خراب ہونے کے امکانات بہت کم ہوجاتے ہیں۔ دودھ میں پروٹین کی کافی مقدار پائی جاتی ہے، جس سے ظلیات کی مرمت ہوتی ہے، جسم میں شکر کی مقدار کو کنٹرول کرتا ہے، پروٹین کی وجہ سے جسم میں آکسیجن کے جذب ہونے کی رفتار باقاعدہ رہتی ہے اور اس

کی غیر موجودگی میں خون کے سرخ ذرات کی تعداد کم ہوجاتی ہے، بڑھتے ہوئے بچوں کا قد اور وزن کم جاتا ہے، یہی وجہ ہے کہ دودھ بچوں کی پیدائش سے ہی ان کو پلایا جاتا ہے۔ دودھ کیلشیم سے بھرپور قدرتی غذا ہے، یہ بڈیوں کی بیماریوں، آنتوں کے سرطان اور ہائپر ٹینشن کو روکنے میں مدد کرتا ہے۔

وٹامن ID انسانی خون میں فاسفورس اور کیلشیم جذب ہونے میں مدد دیتا ہے۔ یہ وٹامن بالائی، مکھن اور دودھ میں موجود ہوتا ہے۔

نیشٹل ایڈمی آف سائنسز کی طرف سے بچوں کی کیلشیم کی ضروریات کو پورا کرنے کی ریسرچ میں بتایا گیا ہے کہ 500 گرام دودھ ایک سے تین سال کے بچوں کے لیے، 8000 ملی گرام تین سے آٹھ سال کے بچوں کے لیے، 1300 ملی گرام نوے سے اٹھارہ سال کے بچوں کے لیے دودھ ضروری ہے۔ 18 سال کے بچوں کے لیے انہیں ان کی جسمانی ضرورت کے مطابق کیلشیم ملنا چاہیے، کیونکہ وہ اپنے جسم کی بڈیوں کی مضبوطی اور طاقت کا آدھا حصہ اسی بلوغت کے عرصہ میں حاصل کرتے ہیں۔ دودھ اور دودھ سے بنی ہوئی تمام اشیاء میں Dopamine کی بھرپور مقدار پائی جاتی ہے۔ جس سے انسانی جسم میں اچھے جذبات کی تحریک، پڑھائی میں توجہ اور مصروف رہنے کی خوبی حاصل ہوتی ہے۔ دودھ میں موجود Lecithin بھی نیوروٹرانسمیٹر یعنی یادداشت کے لیے بہتر ہے۔ دودھ کا استعمال ہماری روزمرہ زندگی میں بہت ضروری ہے۔ بہت سے روایتی اور جدید ٹیٹھے کھانے یا سویٹ ڈشز زیادہ تر دودھ سے تیار کی جاتی ہیں، مشرقی روایتی ٹیٹھے میں سب سے زیادہ اہمیت دودھ اور چاول سے تیار کی جانے والی کبیر اور فیرنی کو حاصل ہے۔ پاکستانی کبیر چاولوں کے علاوہ چھوہاروں، شکر قندی، گاجر، لوکی وغیرہ سے بھی تیار کی

جاتی ہے۔ ریڑی اور قلفی بھی پسندیدہ ٹیٹھے کھانوں میں شامل ہے۔ زیادہ تر سچے دودھ پینا پسند نہیں کرتے لیکن وہ دودھ سے بنے ہوئے روایتی یا جدید ٹیٹھے کھانے ضرور پسند کرتے ہیں اور اسی طرح دودھ سے بنی ہوئی تمام قسم کی مٹھائیاں، ملک شیک اور ٹیٹھے کھانے سے اس کے فوائد اور خواص حاصل ہوتے ہیں۔



نشاستہ: 4.5 گرام  
چکنائی: 8.0 گرام  
کاربوہائیڈریٹ: 4.9 گرام  
توانائی: 110 کیلو ریڈی لیٹر  
توانائی: 463 کلو جول (KJ)  
شکر: 4.9 گرام

سیر شدہ تخمبی ترشے Saturated Fatty Acid 4.2 گرام  
نیم غیر سیر شدہ تخمبی ترشے Monounsaturated Fatty Acid 0.2 گرام  
Acids 8 ملی گرام  
کیلشیم (انٹرنیشنل یونٹ): IU-195

کو پیس کر دودھ کے ساتھ کھانے سے پیشاب کی جلن ختم ہوجاتی ہے۔ اگر پیشاب میں خون آتا ہو تو دودھ میں پرانا گز اور مصری ملا کر پینے سے خون آنا بند ہوجاتا ہے۔ دودھ میں لہسن کا پیسٹ بنا کر مکس کر کے پینے سے دل کے مرض میں افادہ ہوجاتا ہے۔ دودھ، دہی، مکھن اور ان سے تیار کردہ اشیاء کا استعمال کرنے سے جسم کی خشکی ختم ہوجاتی ہے۔ آدھا چائے کا چمچ آرنڈ کا تیل، ایک گلاس گرم دودھ کے ساتھ کھانے سے جوڑوں کے درد کا اضافہ ہوتا ہے۔ گلاب کے تازہ پھول پانچ عدد، مصری آدھا چمچ پیس کر کھانے سے اور اس کے بعد ایک گلاس ٹیٹھا دودھ پینے سے پیشاب کی جلن، لیکوریا، خونئی بواہیر، گرمی دانوں کی شدت اور قبض وغیرہ کے غذاب سے

ہو جاتا ہے اور پیسٹ خراب ہونے کی شکایت ہوجاتی ہے۔ ایسی صورت میں دودھ میں پانی ملا کر اسے زیادہ معتدل کیا جاتا ہے۔ کمزوری سے چکر آنے کی صورت میں سات دانے ٹیٹھے بادام کی گری، پانچ گرام کدو کے بیج، پانچ گرام خشکاش اور بیس گرام گہوئوں رات کو پانی میں بھگو دیں اور صبح بادام چھیل کر 200 گرام دودھ میں پیس لیں اور تمام چیزیں چھان کر اس میں ایک چمچ گھی میں ایک لونگ کا گھلار دے کر دودھ میں ملا لیں اور گرم گرم پی لیں۔ اس سے چکر آنا بند ہوجائیں گے۔ پیشاب میں زکات ہو تو ارادوں کو دودھ کے ساتھ پکا کر پینے سے شفاء مل جاتی ہے۔ اسکے علاوہ چھوٹی الائچی کے دانوں کو تھوڑا سا تھوڑا پر سینک کر سونف اور مصری

نجات مل سکتی ہے۔

گرم دودھ کے ساتھ ایک سے دو چمکی پیسی ہوئی اجوائن کھانے سے خواتین میں ایام کی بندش کا مسئلہ حل ہو سکتا ہے۔

بچے کو اگر دودھ ہضم نہ ہو تو بچے کو دودھ نہ پلائیں۔ جب پیٹ ٹھیک ہو جائے تو اسے دودھ میں سونف اہال کر پلائیں۔

قوت یادداشت کو تیز کرنے کے لیے صبح دودھ کے ساتھ گھنٹہ دو چمچ کھائیں۔ اسے کچھ روز استعمال کریں۔

دودھ کے ساتھ مٹی، مصری اور گھی ملا کر کھانے سے وزن تیزی سے بڑھتا ہے، اس سے دانت صاف ہوتے ہیں، نیا خون بنتا ہے۔ کمزوری سے چکر آتے ہوں تو اس کے لیے یہ تیر بہدف علاج ہے۔

صبح نہار منہ ایک آم چوس کر دودھ پینے سے اور رات کو سوتے وقت بھی یہ عمل دہرانے سے سستی اور کاہلی کا خاتمہ ہو جاتا ہے۔

نہار منہ ٹماٹر کھا کر اوپر سے دودھ پینے سے خون صاف ہو جاتا ہے اور تازہ خون بھی بنتا ہے۔

ایک کپ دودھ کے ساتھ دار چینی پاؤڈر آدھا چمچ صبح وشام استعمال کرنے سے بواسیر میں آرام آ جاتا ہے۔

جن لوگوں کو سانس کا عارضہ ہو یا بلغمی مزاج والے ہوں، انہیں چاہیے کہ دودھ میں الائچی چھوہارے یا معمولی سی چائے کی پتی ملا کر پیئیں۔

دودھ معدے کی تیزابیت کو ختم کرتا ہے اگر مرغن غذائیں زیادہ کھانے سے معدے میں جلن ہو رہی ہو تو ایک کپ ٹھنڈا دودھ پی لینے سے فوراً ہی فرق پڑ جاتا ہے۔

پر لطف نیند اور بے خوابی سے نجات کے لیے ایک گلاس دودھ کے ساتھ آدھا چمچ خشک پسا ہوا دھنیا کھانا مفید ہے۔ کم عمری میں جھریاں پڑ گئی ہوں تو نیم گرم

دودھ روزانہ رات کو پینا مفید رہتا ہے۔

بادام کی چند گریاں تیس کر اس میں گرم دودھ ڈال کر پیٹ بنا لیں اور چہرے پر لگائیں۔ آدھا گھنٹہ بعد نیم گرم پانی میں تولیہ بھگو کر چہرہ صاف کریں اور صابن استعمال نہ کریں۔

اس ماسک سے جلد میں حیرت انگیز دلکشی اور خوبصورتی پیدا ہو جائے گی۔

دودھ ایک چمچ، بادام ایک عدد پسا ہوا، لیوں کارس، گلیسرین اور عرق کلاب کے ساتھ مکس کریں پھر چہرے، گردن اور بازوؤں پر اس پیٹ کی ماس کر لیں، آدھے گھنٹے بعد اس پیٹ کو صاف کر لیں۔ جلد نرم اور رنگ صاف ہو جائے گا۔

دودھ میں جو کا آنا ایک چمچ اور باریک پسا ہوا سیب ایک چمچ تینوں چیزیں اچھی طرح ملا کر پیٹ بنا لیں اور چہرے اور گردن پر لگائیں۔ 15 منٹ بعد نیم گرم پانی سے دھو لیں، ایک مرتبہ استعمال کرنے سے ہی فرق محسوس ہوگا۔

دودھ میں 3 بادام اور آدھا چمچ سفید تل چیں کر رات کو سوتے وقت چہرے پر لگائیں اور ایک گھنٹے کے بعد منہ دھو لیں، چہرے کی جھانیاں ختم ہو جائیں گی۔



روغنی کا جوش  
ایک معلوماتی اور مفید رسالہ ہے۔ اسے اپنے حلقہ احباب میں بھی متعارف کرائیے.....

(گزشتہ سے پیوستہ)

دوسرے پارٹ اٹیک سے تحفظ:

کچھ لوگ سمجھتے ہیں کہ ان کے بس میں ہی نہ تھا کہ پہلے پارٹ ایک کوروک سکیں لیکن ایسی بات نہیں۔ اوسط

درجے کے مریض کے ساتھ ایسا معاملہ نہیں ہوتا۔ ایسے افراد

جنہیں پارٹ ایک کا شدید ترین خطرہ ہوتا ہے وہ بھی

دشوازیوں پر قابو پاسکتے ہیں۔ کوئی بھی پارٹ ایک

ناگزیر نہیں ہوتا مخصوص حالات اسے ایسا بناتے

ہیں۔ میڈیکل اور سرجیکل اقدامات

صورت حال بہت بہتر بنا سکتے ہیں۔

باقی معاملات میں یعنی خوراک، سر گرماں، علاج ماحول اور انداز فکر ڈاکٹر کے ساتھ ساتھ مریض کے اپنے ہاتھوں میں ہوتے ہیں۔ تمباکو نوشی ترک کر دیجیے۔ یہ پیغام ہر

اس فرد کے لیے ہے جو پارٹ ایک سے بچنا چاہتا ہے۔ تمباکو نوشی کے بعد اگلا خطرہ موٹاپے سے ہوتا ہے۔ اگر کوئی دل کا

مریض زیادہ وزن یا موٹاپے کا شکار ہے تو اس کے لیے

ضروری ہے کہ وہ اپنا وزن کم کرے۔ اس سے دل کا بوجھ کم

ہوگا۔ اس طرح انجانا کا

مکمل علاج ہوگا۔ اس سے دل کا بوجھ کم ہوگا۔ اس طرح انجانا کا

مکمل علاج ہوگا۔ اس سے دل کا بوجھ کم ہوگا۔ اس طرح انجانا کا

امکان بھی ختم ہو جاتا ہے اور بلڈ پریشر کم کرنے میں بھی مدد ملتی ہے۔ ڈاکٹر کے مشورہ کے ساتھ معتدل قسم کی

ایکسرسائز کم کرنے میں مدد دے گی۔ ڈاکٹر آپ کو غذائی احتیاط سے بھی آگاہ کرے گا کیونکہ وزن کم

کرنے کی موثر صورت ایکسرسائز کے ساتھ ساتھ کھانے پینے میں کمی اور احتیاط

ہے۔ بہتر یہی ہوتا ہے کہ ایسی چیزیں کم استعمال میں

لائیں جو موٹاپا ملاری کرتی ہیں۔ خاص طور پر

چینی اور روغنیات ضرورت سے زیادہ

کیلوریز مہیا کرتی ہیں۔ ایسے افراد جن کا

میٹابولزم (غذا کو جزو بدن بنانے والا

نظام) زیادہ چربی پیدا کرتا ہے انہیں غذا میں سخت احتیاط کی ضرورت ہوتی

ہے۔ ایسے مریض عموماً نوجوان ہوتے ہیں چنانچہ ان میں دل کے امراض کا خدشہ موجود ہوتا ہے۔ ایسی صورت

میں خون میں کولیسٹرول کی سطح کم کرنے والی ادویات کا

استعمال سود مند رہتا ہے۔ تاہم ایسے افراد جن کا جسم

ضرورت سے زیادہ چربی نہیں بناتا ان کے لیے خوراک کوئی

مسئلہ نہیں ہوتی۔ بہر حال وزن کم کرنے کے لیے انہیں

خوراک میں احتیاط کی



ڈاکٹر جاوید سمیع

دل کا معاملہ

ہتہائیک ہوتا ہے

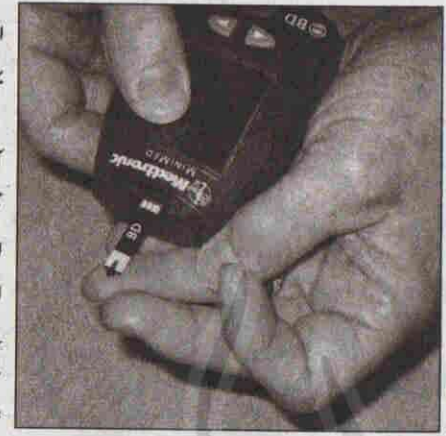


فروری 2012ء

روغنی کا جوش

ضرورت ہوتی ہے۔

دل کے امراض میں غذائی کو لیڈٹرول کے کردار پر بحث بہت پرانی ہے اور کئی پہلو رکھتی ہے۔ ماہرین کا مشورہ اس ضمن میں یہی ہوتا ہے کہ دودھ کی بنی اشیاء اور حیوانی چربی کی جگہ نباتاتی تیل اور مچھلی انتہائی مناسب اور سود مند متبادل ہے۔



انتظار میں تھا اپنی رفتار بہت سست کر دے گا۔ اس ضمن میں آخری بات یہ ہے کہ جس فرد کو ایک ہارٹ ایک ہو چکا ہے، وہ خود ایسی بہتر پوزیشن میں ہوتا ہے کہ دوسرے سے نمٹ سکے۔ بد قسمتی سے تمام تر احتیاط کے باوجود

اگر دوبارہ علامات ظاہر ہوں تو اپنے فیملی ڈاکٹر یا ہسپتال سے بروقت رجوع کیجیے۔

**ذیابیطس (شوگر):** رسک فیکٹرز میں ذیابیطس کا ذکر سب سے آخر میں کیا جا رہا ہے۔ ذیابیطس ایک قدیم مرض ہے۔ ماہرین کے مطابق اس بیماری کے شکار افراد میں دل کی شریانوں کے امراض پیدا ہونے کا خدشہ رہتا ہے۔ ایسے افراد جنہیں پہلے دل کی شریانوں کے امراض لاحق ہوں، انہیں اگر ذیابیطس کا عارضہ لاحق ہو جائے تو ان کا مرض بہت پیچیدگی اختیار کر سکتا ہے۔ ذیابیطس کے سبب خُون کے نظام میں بے قاعدگی پیدا ہونے لگتی ہے۔ جب عموماً حیاتیاتی اور کیمیائی بے قاعدگیوں، شریانوں میں انتھروما (چھیلے طغویے) کے فروغ کی حوصلہ افزائی کرتی ہیں۔ یاد رکھیں کہ ذیابیطس جسم کے دیگر پٹھوں کی طرح دل کے پٹھوں کو بھی بتدریج ناقابل تلافی نقصان پہنچاتا ہے۔

**ذیابیطس کیا ہے؟** انسانی جسم میں معدہ سے ذرا نیچے بلب (Pancreas) واقع ہوتا ہے جو انسولین نامی ہارمون پیدا کرتا ہے، انسان جو بھی خوراک کھائے، اس خوراک کا اکثر حصہ خاص طور پر میٹھی اور نشاستہ دار اشیاء،

دباؤ دل کے مرض کا ایک سبب بھی ہو سکتا ہے اور محض ایک محرک بھی جس نے دل کو تیزی سے آگے بڑھایا ہو۔ جب انسان دباؤ میں ہوتا ہے تو "لڑنے یا بھاگ اٹھنے" کا فیصلہ کرنے کی صلاحیت پیدا کرنے والے ہارمونز کی سطح بلند ہو جاتی ہے۔ یہ ہارمونز دل کو تیز تر کر دیتے ہیں چنانچہ اسے آکسیجن کی ضرورت بڑھ جاتی ہے۔ لیکن کیا یہ مختصر مدت کا دورانیہ طویل مدت خطرے کے اثرات میں تبدیل ہو جاتا ہے؟ یہ ثابت کرنا خاصا مشکل ہے۔

کچھ لوگ اگر کام کرنا چھوڑ دیں تو انہیں زندگی ویران اور بے مقصد محسوس ہوتی ہے یا انہیں پیچھلی صفوں میں رکھا جائے تو وہ ڈپریشن کا شکار ہو جاتے ہیں۔ یہ کیفیت ہارٹ ایک کو قریب تر لانے میں تیزی دکھائی ہے لیکن اگر ایسے لوگ تبدیلی کے جبر کو قبول کر لیں اور حالات سے سمجھوتہ کر لیں۔ مثلاً ایسا فرد جس نے زندگی میں کوئی اعلیٰ ترین عہدہ حاصل کرنا اپنی مقصد بنا رکھا تھا، اس میں ناکام ہو کر اب وہ اب پوتے پوتیوں اور پھولوں سے دل بہلانے لگ گیا ہے تو وہی ہارٹ ایک جو مناسب موقع کے

پنچتہ عمر کے افراد کو لاحق ہوتی ہے۔ اسے ذیابیطس ٹائپ۔ نو کہا جاتا ہے۔

س ذیابیطس کی تیسری قسم دوران حمل خواتین کو وزن کی زیادتی کی وجہ سے لاحق ہوتی ہے۔

**ذیابیطس کا اچھا کنٹرول:** اچھے کنٹرول کے معنی یہ ہیں کہ ذیابیطس میں مبتلا افراد کے خون میں گلوکوز کی مقدار جس حد تک ہو سکے، ان لوگوں کے قریب تر رکھا جائے جو ذیابیطس سے محفوظ ہیں۔ اس کا حصول دن میں کئی مرتبہ گلوکوز کے ٹیسٹ، مناسب غذا کے استعمال، ورزش اور مناسب دوا یا انسولین کی صحیح مقدار کے تعین کے ذریعے ممکن ہے۔

ضروری نہیں کہ ذیابیطس کی وجہ سے کوئی مخصوص پیدا کنٹی نقص لاحق ہو لیکن دماغ، ریزہ کی بڈی اور دل کے نقصان ہونے کے امکانات ذیابیطس کے خراب کنٹرول کے باعث بڑھ جاتے ہیں۔ پیدا کنٹی نقصان کا خطرہ ذیابیطس کی وجہ سے ناصرف تین گنا زیادہ ہوتا ہے بلکہ شدت بھی زیادہ ہوتی ہے۔ ذیابیطس کے اچھے کنٹرول کے ذریعے خون میں شکر کی مقدار درج ذیل

مثلاً روٹی یا آلو، شوگر میں تبدیل ہو جاتا ہے، اسی شوگر کو گلوکوز کہتے ہیں۔ گلوکوز دوران خون کے ذریعے انسانی جسم میں گردش کرتا رہتا ہے۔ کئی افراد میں ذیابیطس کے علاوہ کسی دوسرے عارضے کے سبب ایسی علامات پیدا ہو سکتی ہیں جن سے یہ شبہ ہو کہ ذیابیطس کا عارضہ لاحق ہو گیا ہے۔ مثلاً حاملہ عورتوں میں حمل کی وجہ سے بھی زیادہ پیشاب کی حاجت ہو سکتی ہے۔

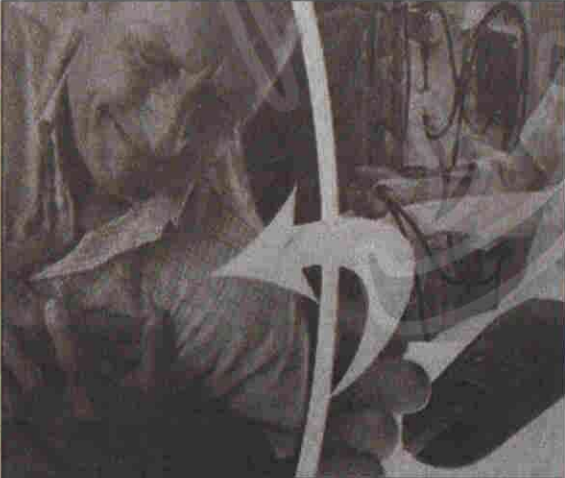
اس کی وجہ یہ بھی ہو سکتی ہے کہ جب گردے خون میں شوگر کی زیادتی سے پھسکا رہا حاصل کرنا چاہیں تو بھی زیادہ سے زیادہ پیشاب پیدا کر کے شوگر خارج کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔

اس کے علاوہ دوران حمل جسمانی ہارمونز کی مقدار میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ ان میں سے کچھ ہارمونز خون میں شوگر کی مقدار بڑھادیتے ہیں، جس کی وجہ سے خون میں شوگر کی زیادتی کا مسئلہ پیدا ہوتا ہے۔ یہ بھی ممکن ہے کہ یہ مرض موروثی ہو۔ تحقیق سے ثابت ہوا ہے کہ اگر ماں کو ذیابیطس ہو تو بچے کو بھی لاحق ہونے کا ایک فیصد امکان ہوتا ہے، جبکہ باپ کو یہ مرض لاحق ہو تو بچے میں

اس کی منتقلی کا امکان چھ فیصد ہوتا ہے۔ انگریزی میں ذیابیطس کا طبی نام Diabetes Mellitus ہے۔ اس کی تین اقسام ہیں:

۱۔ پہلی قسم کی ذیابیطس پیدا کنٹی طور پر بچوں کو لاحق ہوتی ہے، عرف عام میں اسے ذیابیطس ٹائپ۔ ون کہتے ہیں۔ اس کا علاج اب تک انسولین کے انجکشن لینے سے ہوتا ہے۔

۲۔ ذیابیطس کی دوسری قسم عموماً



## چربی میں اضافے سے جگر اور دل کی بیماریاں پھیلتی ہیں: ماہرین



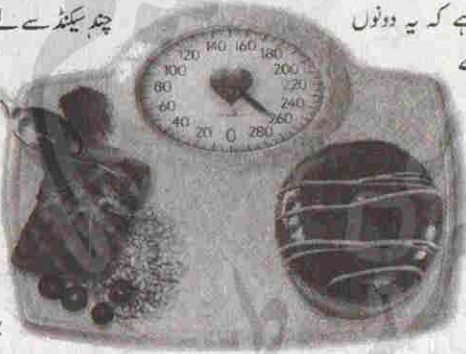
جسم میں چربی میں اضافہ دل کے امراض کا سبب بن سکتا ہے۔ برطانوی جریدے کی تازہ رپورٹ میں بتایا گیا ہے کہ ہیٹ اور دل کے ارد گرد جمع ہونے والی چربی نہ صرف جگر کو خراب کرتی ہے بلکہ اس کے باعث دل کی کئی بیماریاں جنم لیتی ہیں۔ ماہرین کا کہنا ہے کہ چربی کو کم کرنے کے لیے ادویات کی نسبت غذا اور ورزش زیادہ مفید ہے۔ پیدل چلنا بھی مفید ثابت ہوا ہے۔

دواؤں کے ذیلی اثرات کے باعث بھی ذیابیطس میں مبتلا ہو سکتے ہیں۔ جب یہ دونوں بیماریاں مل جائیں تو سخت احتیاط کی ضرورت ہوتی ہے۔ طبی ماہرین کے مطابق ہائی بلڈ پریشر اور ذیابیطس دونوں میں مبتلا ہونے والوں کی تعداد تیزی سے بڑھ رہی ہے۔ اس کی الگ الگ وجوہ کے ساتھ یہ قدر بھی مشترک ہے کہ یہ دونوں

امراض، ایک دوسرے کے لیے سازگار ماحول فراہم کرتے ہیں۔ ہائی بلڈ پریشر پر کنٹرول اس اعتبار سے اہم ہے کہ بہت سی صورتوں میں صرف احتیاط ہی سے یہ مرض کنٹرول کیا جاسکتا ہے۔

غیر علامتی یا بغیر درد کے دل کا دورہ: دل مضبوط پٹھوں سے تشکیل پایا ہوا ایک عضو ہے اور اس کا کام سارے جسم کو خون سیراب کرنا ہے۔ ہر پٹھے یا عضو کی طرح دل کو بھی پمپ کا فعل انجام دینے کے لیے آکسیجن اور خون کی ضرورت ہوتی ہے۔ دل کی سطح پر پائی جانے والی شریان قلب (coronary arteries)

دل کو خون اور آکسیجن فراہم کرنے کی ذمہ دار ہوتی ہے، لیکن اگر ان میں سے ایک یا کئی شریاں تنگ ہو جائیں تو دل کے پٹھوں میں دوران خون اور آکسیجن کم ہونے لگتی ہے جو اکتاناکا باعث بنتی ہے۔ یہی درد یا اکتاناکا کیفیت خطرے کی گھنٹی ہوتی ہے۔ عموماً یہ درد چند سیکنڈ سے لے کر چند منٹ تک رہتا اور آرام کرنے سے دُور ہو جاتا ہے اور دل کے عضو کو مستقل طور پر کوئی نقصان نہیں پہنچاتا۔ اگر خدانخواستہ یہ عارضہ کافی عرصہ تک برقرار رہے تو قلب کو بہت زیادہ نقصان پہنچ سکتا ہے اور نتیجے کے طور پر دل کا دورہ واقع ہوتا ہے۔ ذیابیطس سے متاثرہ افراد کو عموماً براہ راست دل کے دورے سے ہی واسطہ پڑتا ہے کیونکہ انہیں اکتاناکا کے درد کی کوئی علامت محسوس ہی نہیں ہوتی، ایسے دل کے دورے کو خاموش دل کا دورہ (silent ischaemia) کہا جاتا ہے۔ ذیابیطس سے متاثرہ افراد میں درد کا احساس دلانے



خطرہ رکھتا ہو۔ اسی طرح ذیابیطس میں مبتلا افراد ذیابیطس کے خراب کنٹرول کے باعث گردوں کی خرابی کی زد میں آجاتے ہیں اور اس کے بعد ہائی بلڈ پریشر کے مریض بن جاتے ہیں۔

عام افراد میں دل کی شریان کی بیماری ایک فیصد سے چار فیصد تک ہوتی ہے۔ ذیابیطس سے متاثرہ افراد میں اس کا تناسب چار گنا زیادہ ہو جاتا ہے۔ جبکہ دل کے بند ہونے کا امکان، مردوں میں دو گنا زیادہ ہو جاتا ہے اور خواتین میں یہ امکان پانچ گنا بڑھ جاتا ہے۔

بلڈ پریشر کی زیادتی اکثر اوقات ذیابیطس کے ساتھ ہی موجود ہوتی ہے، بلڈ پریشر کی زیادتی گردوں کی خرابی کے عمل کو تیز کر دیتی ہے۔ تب باریک خُون کی نالیوں (کیپیلریز) کی پیچیدگی بھی واقع ہونے لگتی ہے۔ ذیابیطس میں مبتلا افراد کے گردوں کی شریان میں سوزش کے سبب تنگی پیدا ہو جاتی ہے، یہ حالت غیر ذیابیطسی مریضوں میں بھی پیدا ہو سکتی ہے، جس سے بلڈ پریشر بڑھ جاتا ہے۔ بلڈ پریشر کی مقدار اور کنٹرول کا انحصار دل سے خُون کے اخراج اور بیرونی و سطحی خُون کی نالیوں کی مزاحمت سے ہوتا ہے۔

امراض قلب اور ہائی بلڈ پریشر کی صورت میں ذیابیطس کا آسان ہدف بننے والے افراد کی بڑی تعداد موروثیت یا بے تماشہ مناپے کے باعث اس میں مبتلا ہوتی ہے۔ ایسے مریض ہائی بلڈ پریشر کے سبب پیدا ہونے والی انسولین کے خلاف مزاحمت سے ذیابیطس میں مبتلا ہو سکتے ہیں۔ وہ ہائی بلڈ پریشر کنٹرول کرنے والی کچھ ادویات کے استعمال پر ان



حدوں میں ہونی چاہیے:  
ناشتے سے قبل

Preprandial 70-100 mg/dl

ناشتے کے بعد

Postprandial 1 hr <140 mg/dl

2 hr <120 mg/dl

\* نہار منہ یا کھانے سے فوراً پہلے شکر کا کنٹرول:

\* اچھا کنٹرول۔ 80-110 ملی گرام فیصد

\* قابل قبول کنٹرول۔ 110-126 ملی گرام فیصد

\* خراب کنٹرول۔ 126 ملی گرام فیصد سے زیادہ

\* ناشائیا کھانے کے 2 گھنٹے بعد شکر کا کنٹرول:

\* اچھا کنٹرول۔ 80-126 ملی گرام فیصد

\* قابل قبول کنٹرول۔ 126-180 ملی گرام فیصد

\* خراب کنٹرول۔ 180 ملی گرام فیصد سے زیادہ

ذیابیطس اور دل کے عوارض: بظاہر

ذیابیطس اور دل کے عوارض دو مختلف چیزیں ہیں، لیکن یہ

ایک حقیقت ہے کہ ذیابیطس میں مبتلا افراد کی اکثریت کئی

ایک پیچیدگیوں کا شکار ہو جاتی ہے۔ ان پیچیدگیوں میں

امراض قلب سرفہرست ہیں۔ ایک اندازے کے مطابق

ذیابیطس میں مبتلا افراد میں سے پچاس فیصد کی اموات

کا سبب عارضہ قلب ہی ہوتا ہے۔ ایک شخص مختلف وجوہ

کے باعث ذیابیطس کا نشانہ بنتا ہے۔ اس کے لیے ہائی بلڈ

پریشر کے امکانات بھی یکساں ہیں۔ لیکن ہائی بلڈ پریشر

میں مبتلا شخص ذیابیطس

میں مبتلا ہو سکتا ہے،

خصوصاً اس صورت

میں جب وہ عام لوگوں

کی نسبت ذیابیطس میں

مبتلا ہونے کے زیادہ

”میری روزمرہ کی مصروفیت جلد کو کھروری اور سخت بنا دیتی ہے، بہت سونوکا روزانہ استعمال میرے چہرے، ہاتھوں اور بازوؤں کو نرم اور ریشم کی طرح ملائم بناتا ہے۔“



”بہت سونو میرے چہرے کو خوبصورت اور دلکش بناتی ہے اور گردوغبار سے محفوظ رکھتی ہے۔“



بہت سونو کا روزانہ استعمال جلد کو ریشم کی طرح نرم و ملائم بنانے جھانپنا، داغ دبے دور کرے اور اس کے خاص اجزاء جلد کو عمر کے اثرات اور جھریوں سے عرصہ دراز تک محفوظ رکھیں۔ بہتر نتائج کے لئے دن میں اور رات سونے سے پہلے استعمال کیجئے۔

بہت سونو - ایشیا کے مشہور ترین بیوٹی کریم



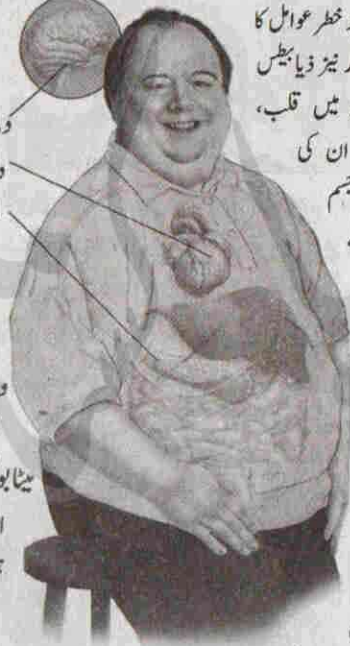
TS/44/1

والی نسلیں متاثر ہو جاتی ہیں اور دل کے درد کا احساس دماغ خاندانی ہسٹری مدد کرتی ہے۔ اس مقصد کے لیے حالیہ تک نہیں پہنچا جاتا۔

مینا بولک سینڈروم! امراض قلب اور مختصر احوال بشمول پیشہ ورانہ اور فرصت کے اوقات کی جسمانی مصروفیات کے بارے میں معلومات اہم ہیں۔ یہ طے کرنے کے لیے کہ ایک دن میں مریض کتنے گھنٹے بیٹھ کر وقت گزارتا ہے یا ایک جگہ ٹھہر کر کام کرتا ہے، معلومات حاصل کی جائیں۔ اس کی عمومی خوراک، خوراک میں چکنائی کا کم استعمال یا غذا میں کسی خاص تبدیلی کے متعلق سوالات

مخارج کو مریض کی اپنے طرز زندگی اور عادات میں تبدیلی کے لیے آہستگی کا اندازہ لگانے میں مدد دیتے ہیں۔

وہ اعضاء جن پر مینا بولک سنڈروم اثر انداز ہوتا ہے



ایکس بھی کہا جاتا ہے، ان پر خطر عوامل کا مجموعہ ہے جو مٹاپے کا شکار نیز ذیابیطس قسم دوم میں مبتلا افراد میں قلب، شریانوں کی بیماری اور ان کی خرابیوں کا ذمہ دار ہے۔ جسم میں چکنائی کی تقسیم کے فرق (I.E

Gynecoid Versco android) کا تعلق تریم یا تبدیلی شدہ مینا بولک پروفائل، طبی لٹریچر میں پچاس برس قبل دستاویزی صورت میں سامنے آ یا تھا اور اسے 1988ء میں

سینڈروم ایکس کا نام دیا گیا۔ سینڈروم کا جزو، قلب اور شریانی بیماری کے بڑھتے ہوئے خطرے سے منسوب کیا گیا۔

مینا بولک کی نمایاں خصوصیات میں انسولین مزاحمت، پیٹ کے گرد چربی کا اکٹھا ہونا، ہائی بلڈ پریشر اور کو لیسٹرول کی بڑھی ہوئی سطح (خراہی گلیسر ایڈیک بڑھی ہوئی سطح اور ایچ ڈی ایل کی کمتر سطح) شامل ہیں۔ مینا بولک سینڈروم کا اندازہ لگانے کے لیے یا کارڈیو اسکیرلر کی بیماری اور ذیابیطس کا خطرہ رکھنے والے مریضوں کی نشاندہی کے لیے معمول کی طبی اور



روزانہ کی صحت

گھٹیا (Gout)

جوڑوں کا ایک تکلیف

وہ عارضہ ہے۔ یہ ایک

عام بیماری ہے۔ خواتین

کے مقابلے میں مرد

حضرات دوسرے تین

گنا زیادہ اس مرض

میں مبتلا ہوتے ہیں۔ بلوغت

کے بعد کسی بھی وقت یہ

بیماری لاحق ہو سکتی ہے۔ تاہم خواتین میں یہ بیماری عموماً

اس وقت دیکھی جاتی ہے جب وہ سن یاس میں داخل ہوتی

ہیں کیونکہ جب تک ان کے

جسم میں اسٹیروجن

ہارمون تیار ہوتا رہتا

ہے وہ اس مرض سے محفوظ رہتی ہیں۔ جو لوگ

خود کو بالکل تندرست اور فٹ محسوس

کرتے ہیں ان کو بھی یہ بیماری دیوبج

سکتی ہے۔ یہ بھی دیکھا گیا ہے کہ خاندانی

وراخت کے طور پر یہ مرض ایک سے

دوسرے فرد میں منتقل ہو جاتا ہے۔

گھٹیا اس وقت لاحق ہوتا

ہے جب جسم میں تیار ہونے

والا ایک مادہ یورک ایسڈ جسم

سے مناسب طور پر خارج نہیں

ہو پاتا۔ عام طور پر یورک ایسڈ کی

بڑی مقدار پیشاب کے راستے

گردے خارج کر دیتے ہیں لیکن

گردے اگر مناسب طور پر کام نہ

کریں تو اس کے نتیجے میں خون

فردی ۲۰۱۲ء

میں اس تیزابی

مادے کی مقدار

بڑھنے لگتی ہے۔ جب

مرض کا شدت سے حملہ ہوتا

ہے تو یورین کی قلمیں تیزابی

مادے سے چھن کر باہر آ جاتی ہیں

یا نرم نشوز میں جمع ہونے لگتی

ہیں۔ عام طور پر وہ کسی ایک جوڑ

میں جمع ہوتی ہیں اور سب سے عام پاؤں

کے انگوٹھے کا جوڑ ہوتا ہے جس کے نچلے حصہ

میں یورین کے ذرات یکجا ہو جاتے ہیں۔ تاہم یہ قلمیں

گھٹنے، غٹھے، کلائی، پاؤں اور

ہاتھ کے چھوٹے جوڑوں

میں بھی جمع ہو سکتی ہیں۔

درحقیقت کوئی بھی نرم نشوز

ان کی جائے پناہ ہو سکتا ہے۔ یورین

کے کرملز کی وجہ سے وہ جگہ سوچی

ہوتی محسوس ہوتی ہے۔ یہ ابھار کانوں

اور کہنیوں میں بھی ہو سکتا ہے۔

عام طور پر اس مرض کے

نمایاں ہونے سے قبل یعنی 20

سال سے ہی پہلے خون میں

یورک ایسڈ کی سطح بڑھتی

شروع ہو جاتی ہے۔ مردوں

میں خاص طور پر یہ دیکھا گیا

ہے کہ یورک ایسڈ ان کے

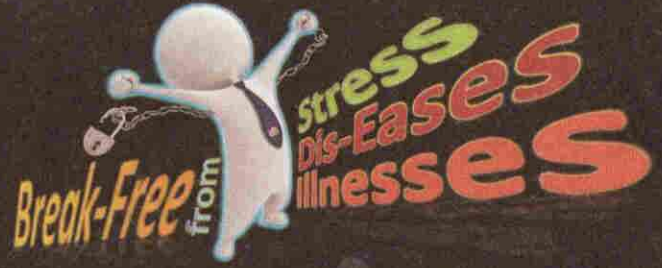
بلوغت کے ساتھ ہی بڑھنے لگتا

ہے لیکن مرض 30 ویں یا 50

ویں دہائی میں سامنے آتا ہے۔

جوڑوں کی ایک  
تکلیف وہ بیماری

## گھٹیا (Gout)



پیشہ ور

ہر طبقہ فکر

طلبہ

PROFESSIONAL SUCCESS

کام میں اعلیٰ کارکردگی

کاروبار میں نمایاں کامیابی

زندگی میں بہترین نتائج

اچھی صحت اور سکون

اپنے اعصابی تناؤ اور دباؤ پر قابو حاصل کیجئے

بناویوں سے بچنا شروع حاصل کیجئے۔

مہمہ حاضر کی جدید سائنسی تحقیق سے ثابت شدہ

انتھار اور بے سکونی کو ختم کرنے والی جینا ٹیکنالوجی کے

ذریعے، کامیابی کی ضمانت کے ساتھ، اپنے انتھار

اور بے سکونی کو ختم ہوشی اور آگے بڑھنے کی

ملاحت سے تازگی حاصل کیجئے۔

تعلیمی میدان میں اعلیٰ کارکردگی

اور بہترین نتائج حاصل کیجئے۔

امتحان میں بہترین نمبر لے کر اچھی کارکردگی

میں حاصل کیجئے۔

سوچنے کی صلاحیت، بہترین یادداشت اور

تعلیمی میدان میں مقابلے کی قابلیت حاصل کیجئے۔

خود انحصاری کو حاصل کرنے کا حیرت انگیز سسٹم جسکے ذریعے اعصابی تناؤ اور دباؤ ان کے بغیر زندگی گزارنے

اسن ہمدردی کے ساتھ - شفا رحمت کے ساتھ

اس اشتہار کو اپنے ساتھ لے لیں اور  
10%  
رہائیت حاصل کیجئے

دو محل وقوع: کلینکس ہسپتال (دوکتور)، بہادر آباد کلینک

ملاقات کے لئے کال کیجئے: 0336-2200400, 0321-3894095

www.medicinilessclinics.com



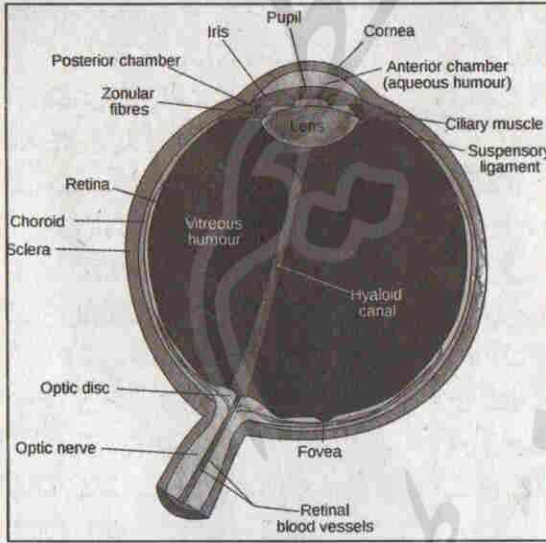
ہمارے میڈیٹین لیس کلینکس میں غلابازی طرح معرشفش ٹیل کا تجربہ کریں۔



# گالا پانی

آنکھوں کی بینائی چھین سکتا ہے۔  
آنکھ کے تمام حصوں کے نسبت بینائی کے  
پر دے کا اعصابی نظام سب سے زیادہ حساس  
اور نازک ہے

اس سے پیدا ہونے والے دباؤ کو برقرار رکھنے کے لیے  
نہایت ہی عمدہ انتظام کیا ہوا ہے تاکہ جتنا پانی رستا ہے اتنی  
ہی اس کی نکاسی ہوتی ہے، یوں ڈھیلا پانی کی مقدار کو  
متناسب رکھتا ہے اور اس کی وجہ سے پیدا ہونے والے



اندرونی دباؤ بھی برقرار رہتا ہے۔ یہ دباؤ سولہ اعشاریہ بیس  
میٹر مر کری کے برابر ہوتا ہے۔ یہ  
آنکھوں کے اس نظام میں گڑبڑ دو طرح سے ممکن  
ہے، اول یہ کہ آب رسانی کا نظام اتنا تیز ہو جائے گا کہ  
نکاسی ممکن نہ ہو جس کے نتیجے میں ڈھیلا پانی کی  
مقدار بڑھ جائے گی۔ دوم یہ کہ نکاسی آب کے راستوں

آنکھوں میں کالا پانی ایک خطرناک بیماری ہے۔ اس  
کا بروقت علاج نہ ہونے کے باعث بینائی متاثر ہو جاتی ہے۔  
یہ کالا پانی کیسا ہے...؟

یہ تو آپ کو معلوم ہے کہ آنکھ کا ڈھیلا ایک گیند کی  
مانند ہے، اب سوال یہ پیدا ہوتا ہے اس گیند کو گول رکھنے  
کے لیے عوامل کیا ہوتے ہیں؟ اس

ضمن میں پہلا یہ ہے کہ وہ ایک ایسا  
خول ہے جس کی بناوٹ گول ہے اور  
دوسرا یہ کہ اس گیند کے اندر موجود  
ہوا کا دباؤ اس خول کی گولائی کو قائم  
رکھتا ہے۔ اگر آپ فٹ بال کی ہوائی گول  
دیں گے تو اس کا اندرونی دباؤ ختم  
ہو جائے گا جس کے نتیجے میں فٹ بال  
اپنی گولائی قائم نہیں رکھ سکے گا۔ آنکھ  
کا ڈھیلا بھی اپنی گولائی برقرار رکھنے  
کے لیے اسی اندرونی دباؤ کا محتاج ہے۔  
یہ دباؤ آنکھ کے ڈھیلے میں موجود پانی  
اس خول کو فراہم کرتا ہے جسے  
Aqueous Humour کہتے ہیں۔

یہ پانی، خون کی شریانوں اور رگد ارماہ پر مبنی ڈھیلے  
کی درمیانی تہ سے مسلسل نکل کر آنکھ کے ڈھیلے میں  
داخل ہوتا رہتا ہے۔ ڈھیلے کا حجم محدود ہوتا ہے، اگر یہ پانی  
اسی طرح جمع ہوتا ہے تو پانی کی مقدار بڑھتی چلی جائے  
گی۔ خالق کائنات نے آنکھ میں مسلسل رسنے والے پانی اور

کو رس سے آرام آجاتا ہے۔ گھٹیا کے مزید حملے سے محفوظ  
رہنے کے لیے خون میں یورک ایسڈ کی سطح کو کنٹرول کرنا  
بہت ضروری ہوتا ہے۔  
اس مقصد کے لیے طبی ماہرین درج ذیل ہدایات پر  
عمل کرنے کی تاکید کرتے ہیں:

\* ... ان غذاؤں سے پرہیز کریں جن میں Purines  
کیونکہ اس کا ایک خاص گروپ بہت زیادہ ہوتا ہے۔  
ان غذاؤں میں اوجھڑی، تیل  
چھوڑنے والی مچھلیاں، دالیں اور  
مرغی کا گوشت شامل ہیں۔

\* ... سافٹ ڈرنکس کے علاوہ  
ایسے تمام مشروبات کا استعمال  
بھی کم کر دیں جن میں شکر  
گھلی ہوتی ہے۔ حالیہ ریسرچ  
سے ثابت ہوا ہے کہ ان  
مشروبات سے مردوں  
میں گھٹیا کی شکایت بڑھ جاتی ہے۔

\* ... اپنا جسمانی وزن مناسب حد کے اندر رکھیں۔ جن  
لوگوں کا وزن زیادہ ہوتا ہے ان میں اکثر گھٹیا کی تکلیف  
دیکھی جاتی ہے۔

\* ... ڈاکٹر کے مشورے سے ایسی دواؤں کا استعمال  
شروع کریں جو خون میں یورک ایسڈ کو جمع ہونے سے  
روکتی ہیں۔

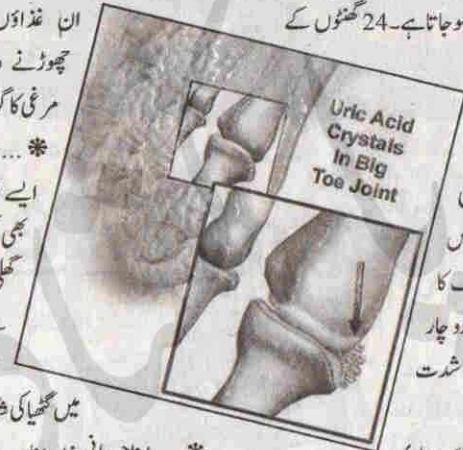
\* ... اگر آپ پہلے سے کچھ دوائیں استعمال کر رہے ہیں تو  
ان کے بارے میں اپنے ڈاکٹر کو بتائیں۔

یاد رہے کہ گھٹیا کے مریض اگر احتیاط کریں تو وہ مکمل طور  
پر ایک نارمل زندگی گزار سکتے ہیں اور مرض پر قابو پانے  
میں انہیں مدد ملتی ہے۔



جن عوامل کے باعث یورک ایسڈ سے کرملز نرم نشوز  
میں جمع ہونے لگتے ہیں ان میں موروثی جینیاتی نقص،  
بڑھتی ہوئی عمر، گردے کے امراض، غذائی عمل انجذاب  
میں کیاب قسم کی خامیاں اور بعض دواؤں مثلاً پیٹیا اور  
دوائیوں کا استعمال شامل ہیں جو ہائی بلڈ پریشر یا ہائپر ٹیل  
کے علاج میں دی جاتی ہیں۔

گھٹیا کی تکلیف اچانک حملہ آور ہوتی ہے اور آٹانانا  
مریض کا چلنا پھرنا دو بھر ہو جاتا ہے۔ 24 گھنٹوں کے  
اندروں میں سرخ، گرم اور



اسے زیادہ حساس  
ہو جاتے ہیں کہ محض  
ان کو چھونے سے بھی  
تکلیف بہت زیادہ محسوس  
ہوتی ہے۔ اگر اس تکلیف کا  
کوئی علاج نہ کیا جائے تو دو چار  
ہفتوں کے اندر درد کی شدت  
ختم ہو جاتی ہے۔

گھٹیا کے مریض پر اس بیماری  
کا دوسرا حملہ چھ ماہ سے دو سال کے اندر ہو سکتا ہے۔ بعض  
اوقات اس دوسرے حملہ میں پہلے کے مقابلے میں زیادہ  
جوڑ متاثر ہو سکتے ہیں لیکن ممکن ہے ناقابل برداشت درد کی  
شکایت کرتے رہتے ہیں اور ان کے جوڑ بھی تباہ ہونے لگتے  
ہیں۔ اس بات کا بھی خطرہ ہوتا ہے کہ یورک ایسڈ کے  
کرملز گردوں میں تشکیل پانے لگیں جس کی وجہ سے  
گردے متورم ہو سکتے ہیں ان میں زخم بن سکتے ہیں اور  
پتھریاں بھی بن سکتی ہیں۔

گھٹیا کا حملہ چند روز تک جاری رہتا ہے اور اگر نان  
اسٹیروئڈل اینٹی انفلیمزری ڈرگز (NSAIDs) سے اس کا  
علاج فوری طور پر شروع کر دیا جائے تو بہت جلد اس کے

میں رکاوٹ حاصل ہو جائے، دونوں ہی صورتوں میں ڈھیلا کے اندر پانی کی مقدار میں اضافہ ہو جائے گا۔

آنکھوں کے تمام حصوں کی نسبت بینائی کا پردہ اور اس کا اعصابی نظام سب سے زیادہ حساس اور نازک حصہ ہے اور اس بڑھتے ہوئے دباؤ کی وجہ سے زیادہ تر پردے ہی کی کارکردگی متاثر ہوتی ہے اور دباؤ اگر زیادہ دیر تک برقرار رہے تو دیگر اعصاب کو ناقابل تلافی نقصان پہنچتا ہے۔ دباؤ کے بڑھ جانے کی اس حالت کو کالا پانی کہتے ہیں۔

یہ عارضہ عام طور پر دو طرح سے لاحق ہو سکتا ہے۔

- 1۔ شدید نوعیت کا کالا پانی
- 2۔ دائمی نوعیت کا کالا پانی

شدید نوعیت کا کالا پانی ایک دورے کی طرح اور ایک وقت میں ایک ہی آنکھ میں ظاہر ہوتا ہے۔ اس کی علامت میں شدید نوعیت کا درد، آنکھ میں سرخی اور دیکھنے میں دھندلاہٹ شامل ہیں۔

شدید درد میں اچانک ہی آنکھ کا نکاسی آب کے سارے راستے بند ہو جانے کی وجہ سے دباؤ بہت بڑھ جاتا ہے۔ جس کا فوری علاج لازمی ہے۔

اکثر شدید نوعیت کے دورے سے قبل کچھ علامات ظاہر ہوتی ہیں مثلاً روشنی کی طرف دیکھتے وقت اس کے گرد رنگین دائروں کا نظر آنا، آنکھ میں ہلکا ہلکا درد جو کہ کچھ آرام کے بعد ٹھیک ہو جاتا ہے۔ ہر بار رفتہ رفتہ درد کی شدت میں کمی شکایت بڑھتی ہے اور پھر ایک دن شدید نوعیت کا دورہ پڑتا ہے۔ ایک بات یاد رکھیں کہ کالا پانی دونوں آنکھوں کی بیماری ہے اگر ایک آنکھ پر اس کا حملہ ہو چکا ہے تو دوسری آنکھ پر بھی حملہ ہو گا۔

دائمی نوعیت کے کالے پانی میں دورے یا حملے کی کیفیت کبھی کبھی پیدا ہوتی ہے۔ ایسی صورت میں نہ ہی درد اور نہ ہی آنکھیں سرخ ہوتی ہیں۔ مہینوں بلکہ سالوں

میں انتہائی ست روی سے نکاسی آب کے سارے راستے سکر جاتے ہیں اور اکثر و بیشتر یہ دیکھنے میں آیا ہے کہ کوئی شکایت تو کچھ نہیں ہو تا کہ وہ کالے پانی کا شکار ہو چکا ہے اور یوں اٹھانے میں 95-90 فیصد بصارت ناقابل تلافی نقصان کی وجہ سے ہمیشہ ہمیش کے لیے ضائع ہو جاتی ہے۔

اس کے علاوہ بھی کالے پانی کی کئی اقسام ہیں۔ مثلاً پیدا انٹی نوعیت کا کالا پانی جس میں نکاسی آب کے راستے کھل نہیں پاتے چنانچہ دباؤ بڑھ جاتا ہے۔ بعض اوقات آنکھوں کی بیماریاں اس آبی رسد و نکاسی میں خرابی پیدا کرتی ہیں جس کا نتیجہ کالا پانی کی صورت میں ظاہر ہوتا ہے۔ آنکھ کی درمیانی تہہ میں فیوٹیس کی صورت میں نکاسی آب کے راستے بند ہونے کا خطرہ ہوتا ہے۔ نیز چوٹ لگنے سے بھی کالا پانی ہو سکتا ہے۔

بہت سی بیماریاں آنکھ کے پردے کے اعصاب پر اس طرح اثر انداز ہوتی ہیں کہ اس کی کارکردگی محدود ہونے لگتی ہیں۔ مثلاً حلقہ بصارت کا سکر جانا یا مختلف اقسام کی پیچیدگیاں پیدا ہو جاتی ہیں۔

وہ لوگ جن کے والدین، تھیلیاں یا دوھیال کے قریبی رشتے دار کالے پانی کے عارضہ میں مبتلا ہیں۔ عام لوگوں کی نسبت ان میں بیس سے تیس فیصد امکانات کالے پانی کے زیادہ ہوتے ہیں، چنانچہ بروقت معائنہ ضروری ہے۔

کالا پانی سے ضائع ہو جانے والی روشنی واپس لاتا یا بحال کرنا ممکن نہیں ہے مگر یہ ضرور یاد رکھیے کہ یہ ایک بروقت قابل علاج بیماری ہے۔ فوری تشخیص اور علاج آپ کو ناقص کالے پانی سے ہونے والے نقصان سے بچا سکتا ہے بلکہ نجات بھی ممکن ہے۔



# غذائی مسائل اور

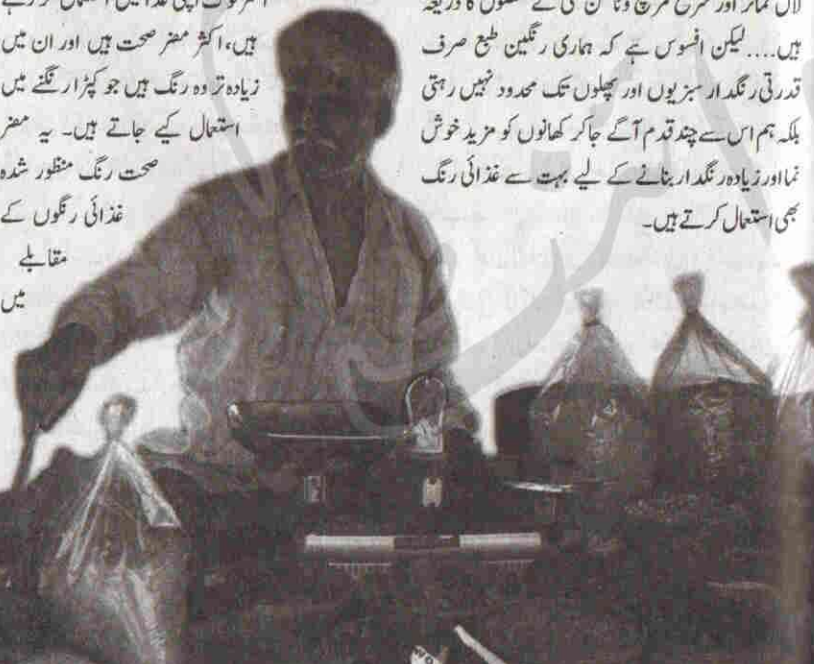
دنیا بھر میں غذائی استعمال کے لیے تیار کردہ رنگ فوڈ اینڈ ڈرگ اتھارٹی سے منظور شدہ ہوتے ہیں، یہ ایک امریکی ادارہ ہے، جس کی عمدہ شہرت کی وجہ سے اکثر

قدرت نے ہر رنگ میں ایک مخصوص افادیت رکھی ہے۔ ماہرین طب نارنجی اور زردی مالک نارنجی رنگ کی سبزیوں اور پھلوں کو بچوں کی بینائی تیز کرنے اور خاص طور سے شب کو ری سے بچانے کا موثر ذریعہ بتاتے ہیں۔

گاجر، آم، پیپتہ ہمارے بچوں اور ماں بننے والی خواتین کی خوراک کا اہم جزو ہونا چاہیے۔ کیشیم کے لیے دودھ، دہی اور پنیر بچوں کے لیے خصوصاً اور بڑوں کے لیے عموماً ضروری ہے۔ اودا بیٹنگن ہمارے جسم میں فولاد کی فراہمی، لال ٹماٹر اور سرخ مرچ وٹامن سی کے حصول کا ذریعہ ہیں۔ لیکن افسوس ہے کہ ہماری رنگین طبع صرف قدرتی رنگدار سبزیوں اور پھلوں تک محدود نہیں رہتی بلکہ ہم اس سے چند قدم آگے جا کر کھانوں کو مزید خوش نما اور زیادہ رنگدار بنانے کے لیے بہت سے غذائی رنگ بھی استعمال کرتے ہیں۔



ممالک اس ادارے کی منظور شدہ اشیاء پر بھروسہ کرتے ہیں۔ ہمارے ہاں کہیں کہیں کم علمی لیکن اکثر زیادہ منافع کے شوقین بیوپاریوں کے ہاتھوں دھوکہ کھا کر جو رنگ ہم میں سے اکثر لوگ اپنی غذا میں استعمال کر رہے ہیں، اکثر مضر صحت ہیں اور ان میں زیادہ تر وہ رنگ ہیں جو کپڑا رنگنے میں استعمال کیے جاتے ہیں۔ یہ مضر صحت رنگ منظور شدہ غذائی رنگوں کے مقابلے میں



خاصے سستے ہوتے ہیں۔ مصدقہ فوڈ کلرز خاصے مہنگے ہیں جب کہ یہ ناقص رنگ بہت کم قیمت پر آسانی سے دستیاب ہوجاتے ہیں۔

مقامی تحقیقات سے ظاہر ہوا ہے کہ گھریلو سطح سے لے کر تجارتی پیمانے تک کھانے پینے کی اشیاء میں استعمال شدہ مختلف رنگ تصدیق شدہ غذائی رنگ نہیں ہیں اور اکثر میں کیمیائی اجزاء جنہیں اینڈوز ڈائز کہا جاتا ہے موجود ہوتے ہیں۔ یہی اینڈوز ڈائز ہمارے ہاں کپڑوں کی صنعت میں اور کپڑوں کی عام رنگائی کے لیے بھی استعمال ہوتے ہیں۔

یہ حقیقت بھی اپنی جگہ مسلمہ ہے کہ غذا میں ان مضر صحت رنگوں کا حد سے بڑھتا ہوا استعمال کینسر کے ساتھ ساتھ پیٹ اور جگر کی دیگر بیماریوں کا باعث بھی ہو سکتا ہے۔

اگرچہ غذا میں مضر صحت رنگوں کے بارے میں جان کر اکثر اوقات ہم اپنے دل کی تسلی کے لیے کہہ اٹھتے ہیں کہ جن کھانوں میں ایسے رنگوں کا استعمال کیا جاتا ہے، وہ ہماری روزمرہ کی خوراک کا حصہ نہیں ہیں لہذا یہ زہر ہمارے جسم میں بڑی مقدار میں داخل نہیں ہو رہا۔ مگر ذرا غور کیجیے، غذا کے اعتبار سے اپنے بدلتے ہوئے رجحانات پر توجہ دیجیے اور دیکھیے کہ غذائیں رنگوں کے استعمال کا شوق ہمیں آج کس مقام پر لاکھا ہے....؟

تہواروں، دعوتوں اور زبان کے پتھارے کے حوالے سے زردہ اور بریانی لازم و ملزوم ہیں۔ ان کے لیے زعفران دستیاب نہیں تو کیا ہوا پانچ روپے کا پتھیس گرام زردہ رنگ تو آسانی سے مل جاتا ہے۔

دعوتوں یا خاص تہواروں سے ہٹ کر عام روزمرہ زندگی میں بھی کھانے پینے کی اشیاء میں معیار سے زیادہ اس کے رنگ اور پتھارے پر توجہ دی جاتی ہے۔ ان رنگ برنگ کھانوں میں کون سے رنگ استعمال ہو رہے

ہیں یہ سوچنے کی نہ فرصت ہے اور نہ ضرورت۔ کسی دن دفتر کھانا نہیں لے گئے، باہر سے ریانی منگوائی یا کچیپ کے ساتھ برگر کا شوق پورا کر لیا۔ گرم کچوری کے ساتھ بے تحاشہ ہلدی بڑی آلو کی بجلی اور انتہائی کھانا چار کھالیا۔

شام کو گھر میں کھانے کو دل نہیں چاہتا پھولی والے کی دکان کا رخ کیا ”کیا رنگین مسالوں والی مچھلی ہے!“ تفتی ہوئی مچھلی سے اٹھتی خوشبو اسے جلد سے جلد نوش جاں کرنے پر آسانی ہے، ایسے میں کوئی اور خیال کیسے پاس چھٹک سکتا ہے....؟؟

کھلی اشیاء میں رنگوں کی اس ملاوٹ کے ہونے کے زیادہ امکانات ہو سکتے ہیں، کیونکہ بڑی پائامور کپنیاں عموماً اپنی ساکھ کی خاطر معیار کا خاص خیال رکھتی ہیں خصوصاً جب سے کوالٹی کنٹرول پروڈس کا بین الاقوامی سطح پر چرچا ہوا ہے۔

وہ ادارے جو غذائی اشیاء مثلاً کچیپ، جام جبیلی، اچار اور جو مسالہ جات وغیرہ ایکسپورٹ بھی کرتے ہیں پہلے سے زیادہ محتاط بھی ہوتے ہیں۔ مگر یہی چیز ان کی پروڈکشن میں اضافے کا باعث بن کر مہنگی اور عام آدمی کی قوت خرید سے باہر ہوجاتی ہیں۔ عام آدمی کو سستی اشیاء کی جانب راغب کرنے میں معیاری اشیاء کا مہنگا ہونا بھی ایک سبب ہے۔

رنگوں کی آمیزش کے علاوہ غذائی اجزاء میں بہت سی دوسری اشیاء کی آمیزش بھی پائی جاتی ہے، مثلاً جامعہ کراچی کے فوڈ سائنس اور فیکٹولوجی ڈپارٹمنٹ اور پی سی ایس آئی آر کے ذرائع کے مطابق ہماری روزمرہ خوراک کے اہم جزو ہلدی کے مختلف جگہوں سے اکٹھے کیے گئے نمونوں میں لیڈ کرومیٹ کی آمیزش پائی گئی۔ اس کے علاوہ رائی کے پاؤڈر میں زردے کارنگ، مٹھائی اور چاکلیٹ میں سکرین کا استعمال دیکھا گیا ہے۔

ڈاکٹر عابد حسین صدر فوڈ سائنس اور فیکٹولوجی جامعہ کراچی کے مطابق سائنسی ترقی نے آج ہم کو اس مقام پر پہنچا دیا ہے کہ ہم انتہائی حساس آلات کی مدد سے ان مضر صحت کی بجلی کی انتہائی معمولی مقدار کا بھی پتا لگا سکتے ہیں۔ پاکستانی حالات کے تناظر میں جہاں صورتحال دیکھی علاقوں میں خاص طور سے دگرگوں ہے اور لوگ نادانیت کی بنا پر عموماً غذائی آلودگی کا شکار ہو رہے ہیں، ڈاکٹر عابد حسین موبائل لیبارٹریز کے قیام کی تجویز پیش کرتے ہیں تاکہ غذائی نمونوں کی موقع پر چیکنگ کی جاسکے۔ ڈاکٹر عابد کے خیال میں شہری حکومت اپنی شعوری کوششوں اور موجود تکنیک کا موثر استعمال کرتے ہوئے لوگوں کو اس زہر سے محفوظ رکھ سکتی ہے۔ ڈاکٹر عابد حسین لوگوں میں آگہی کے لیے ریڈیو، ٹی وی اور اخبارات کے ساتھ ساتھ اسکولوں اور کالجوں میں مستقل بنیاد پر ہونے والے لیکچرز کی اہمیت پر بھی زور دیتے ہیں تاکہ لوگوں کو مختلف کھانے کی اشیاء میں ہونے والی ملاوٹ چاہے وہ رنگ کی صورت میں ہو یا اس کے ذائقے میں اضافے یا چم کو بڑھانے کے لیے کی گئی ہو، کے بارے میں علم ہو سکے۔

ہمارے ہاں غذا میں رنگوں کے استعمال کے شوق کی فہرست خاصی طویل ہے اور بچوں کے حوالے سے ہماری غفلت خطرناک حدوں تک پہنچ گئی ہے۔ آپ نے یہ منظر کئی مرتبہ دیکھا ہو گا اور شاید آپ خود بھی ایسا کرتے ہوں.... ماں دوکان کے اندر خریداری میں مصروف ہے جب کہ بچے اور باپ سخت آتائے ہوئے گاڑی میں بیٹھے یا سڑک پر کھڑے ہیں۔

”گڑیا کے بال“ یا ”میٹھی روٹی“ والا کھنٹی بجا بجا کر بچوں کو اپنی طرف راغب کرنے میں مصروف ہے۔ بچے کی ضد پر باپ نے سب بچوں کے لیے گلابی اور پیلے رنگ

کے ”رنگین بیٹھے بال“ یا ”روٹی“ کے گولے خرید لیے۔ بچوں کا چہرہ خوشی سے سرخ ہوا، وہیں یہ مٹھائی منہ میں ڈالتے ہی ان کی زبان بھی گلابی یا پیلے ہو گئی (روٹی کے رنگ کے مطابق)۔ اپنی آکٹاہٹ سے گھر آکر باپ نے بھی روٹی کا ایک چھوٹا سا گولہ منہ میں ڈال لیا جسے بھر کو تو زبان کو مٹھاس کا احساس ہوا مگر کچھ ہی لمحوں میں ایک کڑواہٹ سی حلق میں آگئی۔ اس کڑواہٹ کو ہی خطرے کی گھنٹی سمجھ لینا چاہیے۔

بازار میں دستیاب سستی ٹافیوں میں مختلف قسم کے رنگ ملائے جاتے ہیں۔ اندرونی اطلاعات کے مطابق ان ٹافیوں میں مضر صحت رنگ استعمال کیے جاتے ہیں کیونکہ سستی ٹافیوں میں مہنگے رنگوں کا استعمال ناممکنات میں شامل ہے۔

اسی تناظر میں بچوں اور نوجوانوں میں یکساں طور سے میٹھی اور رنگین چھالی کا بڑھتا ہوا استعمال ملاحظہ کیجیے۔ پاکستان کینسر سوسائٹی کے صدر اور سندھ میڈیکل کالج کے استاد پروفیسر سراج الدولہ اپنے تجربے کی بنیاد پر بتاتے ہیں کہ میٹھی چھالی کے صرف تین سال کے مستقل استعمال سے منہ میں کینسر کے آثار پیدا ہو جاتے ہیں۔ ان کے مطابق اس سے بھی خطرناک گنکا اور مین پوری ہیں جو خراب یا سڑی ہوئی چھالی، چونا اور مختلف کیمیائی اجزاء کا مرکب ہے۔

پروفیسر منظور حسین زیدی جو بیالیس سال سے کینسر کے مریضوں کا علاج کر رہے ہیں ڈاکٹر سراج الدولہ کی تائید کرتے ہوئے کہتے ہیں کہ میٹھی چھالی کھانے سے منہ کے پٹھے اور ریشے سخت ہوجاتے ہیں اور زبان بربری طرح محسوس ہونے لگتی ہے، جو منہ کے سرطان کی ابتدائی شکل ہے اور جس کے نقصان کو کوئی مداوا نہیں۔ ماہرین کے مطابق صرف کراچی میں یہ مرض اٹھارہ برس سے کم عمر



ہیں جو  
دماغی قوت  
اعصاب کو

اور  
مضبوط بناتے ہیں۔

**خمیرہ بادام کا نسخہ:** کاغذی بادام 500 گرام،  
رات کو پانی میں جھگو کر صبح چھان لیں، اس میں شکر  
ڈیڑھ کلو اور ست لیوں 5 گرام ملا کر توام بنا لیں۔  
بعد ازاں طلوہ کی طرح اس میں دانہ الاچی سبز 25 گرام،  
ورق نقرہ تین عدد، ملا کر  
محفوظ کریں۔ دس گرام

## میوے کھانے کا موسم

یہی تو ہے

یہ کیشیم، پوٹاشیم اور پروٹین حاصل

کرنے کے بہترین ذرائع ہیں۔۔۔۔۔

سے تین گرام تک صبح کھائیں۔

حریرہ بادام

یہ دماغ کو قوت دیتا ہے۔

تراوٹ پیدا کرتا ہے، بے خوابی، دماغی نزلہ و زکام،

خشک کھانسی کو بھی رفع کرتا ہے۔

نسخہ: بادام سات عدد، مغز مکو تین گرام، مغز تریوڑ

تین گرام، کالی مرچ تین دانے، مصری 24 گرام، خشک

تین گرام، کاهو تین گرام، تل سفید تین گرام، الاچی سبز

سات عدد سب کو پانی میں چیں کر پکائیں۔ جب تیار

مغزیات کا استعمال تو قدیم دور سے ہوتا آ رہا ہے  
مگر جدید تحقیق کے مطابق ان کی افادیت، صحیح  
استعمال اور ان میں موجود ضروری غذائی اجزاء  
سے آگہی کے بعد میوہ جات کے استعمال میں  
اضافہ ہوا ہے۔ خشک میوہ جات میں بادام، پستہ،  
اثروث، چلنوزے، ناریل، کاجو، مونگ پھلی، کشمش،  
چروٹی، خوبانی، انجیر، تل و دیگر شامل ہیں۔

### بادام

بادام ایک ایسا مغز ہے جس کو غذائیت، افادیت اور  
ادویاتی خصوصیات کی وجہ سے شہشاہ کا مقام حاصل ہے۔  
یہ ایک موثر صحت بخش غذا ہے۔ خون کی کمی میں بادام کا

استعمال مفید بتایا جاتا ہے۔ کیونکہ اس میں تابنا، فولاد پایا  
جاتا ہے جو دوسرے دوائیوں کے ساتھ مل کر ہیرموگلوبین  
(خون کے سرخ ذرات) کے بننے کے عمل کو تیز کرتا  
ہے۔ پورے جسم خاص طور پر دماغ اور آنٹوں کی خشکی  
کے لیے اعلیٰ میوہ ہے، فٹنس، اعصاب کی مضبوطی قائم  
کرنے کا ذریعہ بنتا ہے۔ ایسے افراد جو زیادہ تر ذہنی کام

کرتے ہیں، انہیں بادام کا زیادہ

استعمال کرنا چاہیے۔

بادام کا تیل قبض کی شکایت دور کرنے اور دماغی

طاقت کے لیے مفید ہے۔

بادام میں کربل پر لگانے سے جلد ملائم اور چمکی

ہو جاتی ہے، کولیسٹرول بھی کم کرتا ہے۔ اس میں ایسے

قدرتی اجزاء

شامل

شامل

شامل

شامل

شامل

شامل

شامل

شامل

کرتے...؟

آج کے اس ترقی یافتہ دور میں جب بڑھتی ہوئی  
آگاہی لوگوں کو دنیا بھر میں قدرتی رنگوں کی طرف  
راغب کر رہی ہے اور مصنوعی رنگوں کا استعمال متروک  
ہو رہا ہے، وہیں پاکستان جیسے ملک میں منوں، نٹوں کے  
حساب سے یہ کیبائی اجزاء پر مبنی رنگ کھانے پینے کی اشیاء  
میں استعمال ہو رہے ہیں۔ ماہرین کے خیال میں ہم خود بھی  
اس خرابی کے ذمہ دار ہیں کیونکہ ہم کھانوں میں رنگ کو  
قدرتی پھلوں اور ترکاری کے رنگوں کا متبادل سمجھتے ہیں  
مثلاً آم کے اچار میں شامل ہر رنگ کیری یا کچے آم اور  
سیب کے مرے لال رنگ تازہ سیب کی ضمانت ہوتا ہے  
وغیرہ وغیرہ....

یہاں اس حقیقت کا ذکر بھی ضروری ہے کہ بہت  
سے بیوپاری اپنی اشیاء جانے یا انجانے میں زہر آلود یوں  
بھی کرتے ہیں کہ ان کے حساب سے صارفین بے رنگ  
اشیاء کو بے مزہ سمجھ کر نہیں خریدیں گے۔ یقیناً ایسے لوگوں  
کی کمی نہیں ہے جو خوراک کی محض ظاہری شکل و صورت  
کی بنیاد پر اس کے معیار کا اندازہ لگاتے ہیں۔



## وزن کم کرنے کے لیے کدو مفید ہے

ماہرین کا کہنا ہے کہ کدو وزن کم کرنے کے لیے مفید ہے۔ یہ دل کو تقویت دیتا ہے اور کئی  
امراض خصوصاً معدے کو امراض سے بچانے میں معاون ہے۔ سائنسدانوں کے مطابق کدو  
میں 96 فیصد پانی ہوتا ہے اور یہ زیادہ زود ہضم غذا ہے۔ اس میں چکنائی نہیں ہوتی، چھینچ  
اور دست میں تسکین دیتا ہے، علاوہ ازیں یہ قبض کشا بھی ہے۔

کدو میں وٹامن اے، وٹامن سی، وٹامن بی 6، فولیٹ، پوٹاشیم، پروٹین،  
وٹامن ای، تھیامین، ریولیفون، کیشیم، لوہا، فاسفورس، سلینیم پائے جاتے ہیں،  
کدو کارس پیٹھاب کے امراض میں بھی مفید ثابت ہوا ہے۔ غذا میں اس کا  
بکثرت استعمال جلد کے انفیکشن سے بھی نجات دلاتا ہے۔



ہو جائے تو ٹھنڈا کر کے صبح نہار منہ خمیرہ گاؤ زبان خالص دس گرام کے ساتھ لیں۔ خمیرہ پہلے کھا کر بعد میں حریرہ پی لیں۔

### اخروٹ

اخروٹ کی پچاس سے زائد اقسام دنیا بھر میں پائی جاتی ہیں، مغز اخروٹ کے استعمال کے ساتھ ساتھ اس کا چھلکا، پتے اور جڑ کو بھی مختلف امراض میں دوا کے طور پر استعمال میں آتا ہے۔ اخروٹ میں فواید، کیلشیم اور پوٹاشیم پایا جاتا ہے جو جسم کو بھر پور طاقت و توانائی بخشتا ہے۔ اسی لیے اس کو زیادہ تر حکیم قوت بخش میگوئنوں میں شامل کرتے ہیں۔ بھنے ہوئے مغز



اخروٹ پرانی کھانسی اور گلے کے لیے مفید ہے۔

مغز اخروٹ ذہن کو تازہ اور اعصاب مضبوط رکھنے کا ذریعہ بھی ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ مغز اخروٹ اپنی گرم تاثیر ہونے کی وجہ سے سرد امراض جوڑوں کے درد، فالج و لقوہ میں دیگر ادویہ کے ساتھ اس کا بیرونی استعمال بھی کیا جاتا ہے۔

مغز اخروٹ کے نشہ برائے کھانسی و گلے کی خرابی کے لیے اس سے بلغم بنا کر رک جاتی ہے۔

مغز اخروٹ میں گرام، تخم کتاں دس گرام، رب السنوس دس گرام، گوند کیکر دس گرام، بادام دس گرام، فلفل سیاہ دس گرام، شکر تینال دس گرام، شکر 60 گرام۔ ان سب کو پانی میں پیس کر گولیاں بنائیں۔

### پیٹ کے کھڑے

مغز اخروٹ میں گرام، پلاس پاڑو دس گرام، مصری دس گرام، ان سب کو کوٹ لیں یہ ایک خوداک ہے،

رات کو سوتے وقت شربت گڑ 25 گرام یا گڑ کے پانی کے ساتھ استعمال کریں۔

### پستہ

یہ ایک سخت پوست کا میوہ ہے، اس کو توڑنے سے اندر سے سبز مغز نکلتا ہے جس کو مغز پستہ کہتے ہیں۔ جودل و دماغ کو قوت دیتا ہے، حافظہ کو تیز کرتا ہے، سرد موسم میں ہونے والی کھانسی کے لیے موثر اور بلغم کے اخراج اور گردے کی کمزوری کو بھی دور کرتا ہے۔ اس کا پھول اور



چھلکا بھی دوا کے طور پر کام آتا ہے، پیگن بند کرنے کے ساتھ تے اور متلی کو زائل کرتا ہے، آنتوں کو فوری قوت دیتا ہے۔

پستہ میں وٹامن، کیلشیم، پروٹین اور پوٹاشیم جیسے عناصر موجود ہوتے ہیں جو جسمانی توانائی کا ذریعہ بنتے ہیں۔

معزز پستہ کا نسخہ برائے معجون قوت حافظہ: مغز پستہ 100 گرام، زنجبیل میں گرام، مصطلی رومی دس گرام، شہد 200 گرام، کشتہ نقرہ 3 گرام۔ تمام اشیاء کا علوہ تیار کر لیں، صبح نہار منہ اور سوتے وقت دودھ کے ساتھ ایک ایک چمچی استعمال کریں۔

### نامیل

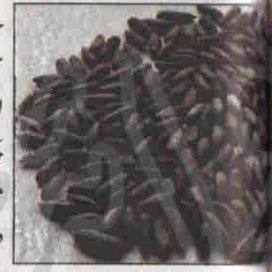
اس کو کھوپرا بھی کہتے ہیں، یہ جسمانی صحت کے لیے بہترین غذا کا حامل ہے۔ خون پیدا کرتا ہے، سینہ کے امراض میں مفید ہے، پینائی کو قوت دیتا ہے۔ حاملہ خواتین کی عام جسمانی کمزوری دور کرتا ہے، اس کے باقاعدہ استعمال سے بچہ خوبصورت اور تندرست پیدا ہوتا ہے۔ اس

سے بخار کی حالت میں ہونے والی گھبراہٹ دور ہو جاتی ہے، پیٹ کے کھڑے بھی مر جاتے ہیں۔

معزز نامیل کا نسخہ برائے دماغ، دماغی کام سے پیدا شدہ تنکاوٹ کو دور کرنے میں موثر ہے: نامیل 200 گرام، مغز بادام 300 گرام، چھوہارہ گھٹلی نکال کر 300 گرام۔ تینوں کو صاف کر کے رات کو دو کلوی پانی میں بھگو دیں۔ صبح کو پیس کر چھان کر شکر ایک کلوگرام کا ڈھاسا محلول بنائیں، جب محلول بن جائے تو اتار کر جاوتری تین گرام، دانہ الاچی بڑ تین گرام، دار چینی تین گرام، زعفران اصلی چھ گرام، کپلہ مد بر تین گرام، لوہک تین گرام، ورق نقرہ چھ گرام شامل کریں۔ جسم کو تندرست و توانا رکھنے کے لیے روزانہ صبح نہار منہ دس گرام استعمال کریں۔

### چلغوزہ

یہ صنوبر کے درخت کا پھل ہے جو شیریں و لذیذ ہوتا ہے۔ یہ بطور خشک میوہ سردیوں میں کثرت سے استعمال ہوتا ہے، یہ دل، پشوں، گردے اور مٹانے کو بھرپور قوت دیتا ہے، آنتوں کی فاسد رطوبت کی اصلاح کرتا



ہے، جسم میں حرارت پیدا کرتا ہے۔ یہ پتھری کو دور کرتا ہے اور جسم کی طاقت بڑھاتا ہے۔

معزز چلغوزہ کا نسخہ: مغز چلغوزہ تین گرام، مغز پنبدہ دانہ تین گرام، تودری سرخ تین گرام، بادیاں پانچ گرام، دانہ الاچی بڑ تین گرام، پانی میں پیس کر شیرہ بنا کر مصری میں گرام شامل کر کے صبح نہار منہ استعمال کریں۔ اس کے ساتھ عرق عنبر بھی تین چمچ لیں۔ یہ نسخہ دودھ

### فردوسی ۲۰۱۲ء

پلانے والی ماؤں کے لیے بے حد مفید ہے۔

### خوبانی

یہ مشہور پھل نہایت خوش ذائقہ میٹھا اور مزیدار میوہ ہے۔ خوبانی گرام مزاج والوں کے لیے مفید ہے، منہ کی بدبو کو دور کرتی ہے، معدہ کی سوزش کو دور کرتی ہے اور جملہ اعضاء کو قوت دیتی ہے۔



خوبانی کا نسخہ: انجیر پانچ عدد، خوبانی پانچ عدد، رات کو گرم پانی میں بھگو دیں، صبح نہار منہ ہر اپانی استعمال کریں۔ یہ نسخہ بواسیر کے مریضوں کے لیے مفید بتایا جاتا ہے۔

### چھوہارا

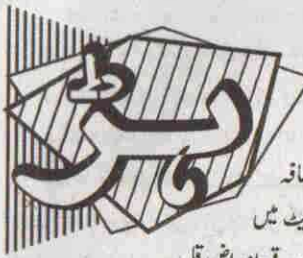
یہ ایک قسم کی خشک کھجور ہے، جس کو چھوہارا کہتے ہیں، اس میں غذائیت بہت ہوتی ہے۔ چھوہارا جسم کو فریہ، کرا اور گردوں کو طاقت دیتا ہے۔ اس میں پروٹین، فاسفورس، وٹامن اے، بی، سی پائے جاتے ہیں۔ چھوہارے کا مشہور مرکب معجون آرد خرمابے۔



### چرونجی

چرونجی کے استعمال سے جسم کو توانائی حاصل ہوتی ہے، جسم کو فریہ کرتی، بلغھی مادہ کو خارج کرتی، چہرے کے رنگ کو صاف کرتی ہے، گرمی





سجھی جاتی

ہڑے۔ ہڑے  
جسمانی

قوت میں اضافہ

کرتی ہے، پیٹ میں

اچھارے پھکی، قے، امراض قلب

و جگر اور جلد کی بیماریوں میں نہایت مفید مانی گئی ہے۔

ہڑے کا سفوف اور مٹی کی ذمگی مقدار ایک

ساتھ پیس لیں۔ ایک چائے کا چمچ روزانہ صبح

کے وقت کھائیے، یہ نسخہ صفر کی زیادتی،

امراض قلب، صفراوی بخار، یرقان، کھانسی،

بھوک میں کمی، اچھارے، پھنسی اور قبض

سمیت دیگر کئی بیماریوں کے لیے نہایت مفید

ثابت ہوا ہے۔

ہڑے کو کھانسی میں ہلکے سے دھکا دیا جائے تو

ہڑے کے جو شاندرے سے زخم کو دھونے اور اس کو جلا

کر اس کی راکھ مکھن میں ملا کر لپ کرنے سے بہت فائدہ

**ہڑے مقوی دماغ  
ہے اور بالوں  
کو سفید  
ہونے سے  
روکتی ہے؟**

ہڑے اپنی خوبیوں کے اعتبار سے بہت قیمتی اور قابل  
قدر چیز ہے۔ ہڑے ایک بڑے درخت کا پھل ہے۔ اس کی  
تین قسمیں ہیں۔ پہلی قسم وہ ہے کہ جب ہڑے میں کھٹلی  
نہیں پڑتی، وہ آم کی کیری کی طرح درخت سے گر جاتی  
ہے اور خشک ہو کر کالے رنگ کی ہو جاتی ہے، اس کو کالی  
ہڑیا چھوٹی ہڑے کہتے ہیں۔

دوسری قسم کی ہڑے ہوتی ہے کہ جب وہ درخت ہی  
پر زرد (پیلی) ہو جاتی ہے، تو اس کو پیلی ہڑیا  
ہلید زرد کہتے ہیں۔

جبکہ تیسری قسم کی ہڑے جب پورے  
طور پر پیک جاتی ہے تو اس کو بڑی ہڑے کہتے  
ہیں۔ وہ ہڑا چھی ہوتی ہے جو بچی، گول  
اور بھاری ہو، اس کا وزن تین گرام سے بھی  
زیادہ ہو اور پانی میں ڈالنے سے ڈوب  
جائے۔

ہڑے کی اکھیری دو اقسام میں شامل ہے، دماغ اور  
آنکھوں کو طاقت دیتی ہے، ذہن اور حافظے کو تیز کرتی  
ہے، قبض کو دور کر کے معدے اور آنتوں کو قوت پہنچاتی  
ہے اور اگر کچھ مدت پابندی کے ساتھ استعمال کی جائے تو  
بالوں کو قبل از وقت سفید ہونے سے روکتی ہے۔

قدیم طب میں اس کے بے شمار فائدے بتائے  
جاتے ہیں، مثلاً عمر میں اضافہ  
کرتی ہے، کھانسی، دمہ،  
کوڑھ، بواسیر، ہر قسم کی  
سوجن، امراض چشم،  
پرانے بخار، یرقان، کان  
کے امراض، تلی کے دم،  
ہر قسم کے زخم، خون کی خرابی،  
پیشاب کی جلن وغیرہ میں مفید

فروری ۲۰۱۲ء



**کاجو**

مخروطی شکل کا

نہایت ہی لذیذ اور

شیریں میوہ ہے، جو

جسم کو فریہ کرتا ہے

، دل کو طاقت دیتا ہے، دماغ

کو تقویت بخشتا ہے، جہد میں بھی مفید ہے۔

کاجو اور شہد کو صبح نہار منہ استعمال کیا جائے تو لیان

کی تکلیف کو دور کرتا ہے۔

**کشمش**

انگور تیل میں پیک کر خشک ہو جائے تو اسے کشمش

کہتے ہیں۔ یہ سرخ، سبز، سیاہ

اور سفید رنگ کی ہوتی ہیں۔

زیادہ موثر سبز رنگ کی ہوتی

ہے۔ کھانسی، نزلہ، بخار،

قبض میں مفید ہیں۔ اس

میں موجود پوٹاشیم اور فولاد جسم کو بھر پور توانائی فراہم

کرتے ہیں۔

**کشمش کا نسخہ:** کشمش پچیس گرام، بادام 12

عدد۔ رات کو پانی میں بھگو دیں صبح نہار منہ استعمال کریں۔

دمہ کے لیے نسخہ: کشمش پچاس گرام، تخم

دستورہ سیاہ پانچ گرام، کچھ مدد بر ایک گرام... ان سب

اشیاء کی چھوٹی چھوٹی گولیاں بنا کر صبح، دوپہر، رات کے

کھانے کے بعد ایک ایک کھائیں۔

ایک مفید نسخہ: تل سیاہ پچاس گرام، اجوائن

دبسی پچاس گرام، گڑ سو گرام، گڑ کو پانی کے ایک کپ میں

اتنا پکائیں کہ گاڑھا مخلول بن جائے دوسری دونوں ادویہ کو

باریک پیس کر گڑ کے مخلول میں لڈو بنائیں، ایک لڈو صبح

دانوں میں بھی مفید ہے، جوش خون اور پیاس کو تسکین  
دیتی ہے۔

**چیر و نجی کا نسخہ:** چیر و نجی دس گرام، بادام دس

گرام، شکر پندرہ گرام۔ دونوں مغز کو پانی میں پیس کر شیرہ

نکال کر شکر شامل کر کے صبح نہار منہ پلائیں۔ جسمانی قوت

میں اضافہ کرتا ہے

**رنگ کھانے اور جھانسیوں کے**

لیے: پھرے کے رنگ کو کھانے اور جھانسیوں کو دور

کرنے کے لیے چروٹی تین گرام، ترمس تین گرام، تخم

باقلم تین گرام، مغز خر بوزہ تین گرام، سب کو پیس کر دو

پانی میں ملا کر چہرہ پر لپ کریں، صبح منہ دھو کر روغن

چنبیلی لگائیں۔

**انجیر**

انجیر آنتوں کو نرم کرنے کی صلاحیت کے باعث

بواسیر کے لیے

فائدہ مند ہے،

قبض کو بھی

دور کرتی ہے،

ورم طحال اور

تلی و جگر کے

سورے کھولنے

میں موثر ہے،

دماغ تیزابیت اور مقوی ہضم ہے، گردوں کو صاف کرتی

اور ریگ گردہ و مثانہ میں اس کا استعمال مفید ہے۔

**انجیر کا نسخہ:** انجیر پانچ عدد، رسوت پچیس گرام،

الیو پچیس گرام، روغن بادام 12 گرام، ان کو ملا کر چھوٹی

گولیوں کی شکل دے دیں اور رات کو سوتے وقت گرم پانی

سے دو گولیاں کھائیں۔ قبض اور بواسیر میں یہ نسخہ مفید

بتایا جاتا ہے۔



بقیہ: صفحہ 215 پر ملاحظہ کیجیے

رومانیہ

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

## ذیابیطس کے علاج میں مدد کرتی ہے

کے لفظ "Unus" سے نکلا ہے، جس کے معنی ہیں "ایک"۔۔۔! قدیم مصری پیاز کی پرت دار گانٹھ کو کائنات کی علامت سمجھتے تھے اور ان کا یہ خیال تھا کہ پیاز بدرجوں کو بچھا دیتی ہے۔ وہ جب کسی بات پر قسم کھاتے تھے وہ اپنا ایک ہاتھ پیاز پر رکھتے تھے۔ یونانی مورخ ہیر ڈولس کے مطابق پیاز ان غلاموں کو کھلائی گئی تھی، جنہوں نے اہرام مصر تعمیر کیے تھے۔

چینی سیاہ بیون ساٹک کا کہنا ہے کہ قدیم ہندوستان کے لوگ پیاز سے پرہیز کرتے تھے۔ ایک اور چینی سیاح آئی سنگ نے بھی اس بات پر حیرت کا اظہار کیا ہے کہ ہندوستان کے لوگ پیاز کو کیوں ناپسند کرتے تھے۔ اس نے لکھا ہے کہ ہندوستانیوں کا خیال یہ ہے کہ پیاز کو کسی طرح سے بھی کھانے سے درد پیدا ہوتا ہے، نظر اور جسم بھی کمزور ہوتا ہے۔

برصغیر میں پیاز کا امیرانہ استعمال مغلوں کے دور سے شروع ہوا۔ اکبر کے عہد میں پیاز غریب مزدوروں اور کسانوں کی تھالی سے اٹھ کر امراء کے دسترخوانوں تک پہنچی۔ اس کے بعد

یہاں سے یہ باور پئی

پیاز صرف

آپ کے کھانوں کی لذت کو بھی دو بالا نہیں کرتی بلکہ اس کے اندر بے شمار معالجاتی خصوصیات بھی پائی جاتی ہیں۔

کڑوے کر لیے اور جاسن کی طرح پیاز میں بھی شوگر کو کم کرنے کے خواص موجود ہیں اور اس کو ذیابیطس کے معاون علاج کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے۔ پیاز خون کی نالیوں میں عمر رسیدگی کے باعث ہونے والی تہذیبوں کو روکتی ہے اور اس طرح

دل صحت مند اور متحرک رہتا ہے۔ پیاز وافر مقدار میں استعمال کرنے والے افراد میں پیٹ کے کینسر کے امکانات 50 فیصد کم ہو جاتے ہیں۔

پیاز کو کاشت کی جانے والی قدیم ترین بوٹی سمجھا جاتا ہے۔ برصغیر پاک و ہند میں زمانہ قدیم سے پیاز کو ایک دوا کے طور پر تسلیم کیا جاتا رہا ہے۔ انسانی جسم پر پیاز کے اثرات کا دائرہ بہت وسیع ہے۔ پیاز زخموں کو مند مل کرنے میں اپناتاتی نہیں رکھتی۔

اس کا ذکر تقریباً تمام قدیم اقوام کی لوک داستانوں،

اساطیر اور روایات میں موجود ہے۔ پیاز کو انگریزی میں اونین (Onion) کہتے ہیں۔ یہ لفظ لاطینی زبان

# پیاز

جائے تو اس کے جوشاندے میں شہد ملا کر پینے سے فائدہ ہوتا ہے۔ جسم میں اگر کہیں بھی ورم ہو تو اس کے استعمال سے دور ہو جاتا ہے۔

ہر مختلف موسموں میں مختلف چیزوں کے ساتھ کھائی جاتی ہے اور بہت مفید ثابت ہوتی ہے۔ مثلاً موسم برسات میں کھانا کھانے سے پہلے اگر نمک کے ساتھ استعمال کی جائے تو بھوک کو بڑھاتی ہے، اگر بعد میں کھائی جائے تو کھانے کو جلد ہضم کرتی ہے۔ اگر دو وقت کے کھانوں کے درمیان کھائی جائے تو بھی فائدہ کرتی ہے، یعنی خواہ کسی وقت کھائی جائے نقصان نہیں کرتی لیکن سفر وغیرہ کی نکان کے بعد نہیں کھانی چاہیے۔ اسی طرح کمزور اور خشک مزاج والوں اور حاملہ خواتین کے لیے یہ مضرب ہے۔ اگر کسی وجہ سے جسم میں بہت زیادہ خون کھل جائے تب بھی نہیں کھانی چاہیے۔



کر اس کے پانی سے آنکھیں دھونا بہت مفید ہے۔ ہڑکے سفوف کو مچھن کے طور پر دانتوں پر ملنے سے دانت صاف اور چمکدار ہو جاتے ہیں۔

کٹھے اور ہڑ کو منہ میں رکھ کر چوسنے سے بھی دانت نہایت مضبوط ہو جاتے ہیں۔ کالی ہڑ خوشی میچیش کے لیے اکسیر ہے۔ اس کا سفوف ایک چنگی صبح، سہ پہر اور رات کو پانی سے کھائیں۔ اس کے کھانے سے خون بھی بند ہو جاتا ہے اور پرانی میچیش بھی جاتی رہتی ہے۔

ہڑکے چمکوں (پوست ہلیلہ) کو کوٹ پیس کر سفوف بنائیں اور قدرے نمک ملا کر ایک چنگی کی مقدار میں کھانے سے قبض دور ہو جاتا ہے۔ اس سفوف کو دودھ کے ساتھ پھانکنے سے قبض ٹوٹ جانے کے بعد آنتوں میں خشکی نہیں ہوتی، ہڑ کی کھنٹی کو پیس کر آدھے سر کے درد میں لپ کرنے سے درد کو فائدہ ہوتا ہے۔ ہڑ کے سفوف کو شہد میں ملا کر چائے سے بخار اتر جاتا ہے۔ منہ اگر پک

## نیند کی کمی یا نیند میں خرابی

بڈیوں اور جوڑوں میں مستقل درد کی وجہ بن سکتی ہے۔۔۔

ماہرین طب کے مطابق نیند کی کمی یا نیند میں خرابی بڈیوں اور جوڑوں میں مستقل درد کی وجہ بن سکتی ہے۔ یونیورسٹی آف پیٹرنالریج کے طبی ماہرین کی اس تحقیق کو سینکڑوں مریضوں کے اعداد و شمار سے مرتب کیا گیا جن کو گزشتہ دو سال پہلے مرض کی تشفی ہوئی اور ان کی عمریں 60 سے 76 سال کے درمیان تھیں اور وہ کافی عرصے پہلے سے نیند کی خرابی سے دوچار تھے۔ دوران تحقیق ان مریضوں سے نیند میں کمی، ڈپریشن اور جموعی صحت سے متعلق پوچھا گیا، انہوں نے بتایا کہ وہ

بہت جلد جھٹکنے، پریشان رہنے اور چڑچڑے پن کا مظاہرہ کرنے لگے تھے، جب کہ مسلسل درد نے ان کو قریباً معذور کر دیا تھا۔ ماہرین نے تجزیہ کیا کہ ڈپریشن یا ٹینشن نے رفتہ رفتہ ان لوگوں سے ان کی راتوں کی پرسکون نیند چھین لی تھی، جس کی وجہ سے بالآخر وہ بڈیوں اور جوڑوں میں درد کے عارضے میں بھی مبتلا ہو گئے۔

**Medora**  
Perfumed Talc

خوشبو جو دل کو بہائے  
تازگی جو ہر کوئی چاہے

خوشبو کی دنیا کے 5 شگفتہ احساس



میڈورا پرفیومڈ ٹالک کی تازگی چمکانی خوشبوؤں سے ملے آپ کو  
مہکتا، فریش احساس جو ہے دن بھر آپ کے ساتھ۔

**MEDORA OF LONDON**

متاثر کرتی ہے اور اس کے لیے بلڈ شوگر کے فوری اور زیادہ بہتر کنٹرول کی ضرورت ہوتی ہے۔ کیونکہ کنٹرول نہ کیے جانے کی صورت میں یہ ماں اور بچے دونوں کو بری طرح متاثر کر سکتی ہے۔

جزی بوٹیوں کے ماہرین کا خیال ہے کہ ذیابیطس کا علاج باورچی خانے میں موجود کڑوے کرپے اور جامن کی طرح پیاز میں بھی بلڈ شوگر کم کرنے کے خواص موجود ہوتے ہیں اور اسے ذیابیطس کے معاون علاج کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے۔ اگر آپ ذیابیطس سے محفوظ رہنا چاہتے ہیں تو پیاز کا استعمال زیادہ کیجیے۔ پیاز ہانسنے میں مدد دیتی ہے اور یہ پیٹ کے درد کو اور ہانسنے کی تکلیف کو دور کرتی ہے۔ ان تکالیف سے بچنے کے لیے ایک چھوٹا پیاز کے عرق میں چکنی بھر پیاز اور نمک ملا کر استعمال کیجیے۔ یہ سادہ سی ترکیب آپ کے نظام ہضم پر حیران کن اثر ڈالے گی۔ مزید برآں کھانے کے ساتھ چکنی پیاز کے استعمال قبض سے بھی محفوظ رہا جاسکتا ہے۔ پیاز کے انتہی بیکٹیریل اور انتہی فنگل خواص، پوائزنگ کو کنٹرول کرنے میں بھی مدد دیتے ہیں۔ گرمیوں میں خاص طور سے پیاز کا استعمال زیادہ کیجیے۔

خانوں اور دواؤں کی الماریوں کا ایک لازمی حصہ بن گئی۔ ایک برطانوی میڈیکل آفیسر انڈورڈ بالغور نے انیسویں صدی کے وسط میں لکھا ”ہندوستان کے مقامی لوگوں کے لیے پیاز ایک پسندیدہ سبزی ہے اور یہ سارے سانوں کا ایک لازمی جزو ہے۔“ بیسویں صدی کے دوران پیاز کو کھانوں کے ایک لازمی جزو اور سبزی کی حیثیت حاصل رہی اور اب اکیسویں صدی میں بھی اس کی اہمیت میں مزید اضافہ ہوا ہے۔ پیاز مغربی ایشیا کی مقامی پیداوار ہے یہ ایک مستقل طور پر اگنے والی بوٹی ہے۔ اس کی گٹھوں کی جسامت، شکل، رنگ اور بو بھی الگ الگ ہوتی ہے۔ برمود اور اٹلی کی پیاز چمٹی اور بڑی ہوتی ہے اور ڈالنے میں بھی ذرا ہلکی ہوتی ہے۔ ایتھن کی پیاز میں مٹھاس ہوتی ہے اور یہ رسیلی اور بڑی ہوتی ہے۔ پیاز کا تعلق Liliaceae خاندان سے ہے اور اس کا سائنسی نام Allium cepa ہے۔ دنیا بھر میں سب سے زیادہ خشک پیاز پیدا کرنے والے ملکوں میں چین، ہندوستان، امریکہ، روس، جاپان اور ترکی شامل ہیں۔ مغربی ممالک میں پیاز پروسس کی ہوئی دستیاب ہیں۔ یہ اپنی ہوئی سالہ لگی ہوئی اور پاؤڈر کی شکل میں دستیاب ہے۔

علاوہ ازیں پیاز کا بوتلوں میں بند جوس بھی ملتا ہے۔ پیاز میں 80 فیصد پانی، 11.6 فیصد کاربوہائیڈریٹس، 1.2 فیصد پروٹین، 1.7 فیصد لیپڈ، 0.18 فیصد کالشیئم، 0.7 فیصد فولاد اور 0.5 فیصد فاسفورس پایا جاتا ہے۔

پیاز الرجی اور سوزش میں بھی فائدہ پہنچاتی ہے۔ پیاز ایک نہایت عمدہ گھریلو ڈاکٹر ہے اور تقریباً ہر بیماری کے علاج میں مدد کرتی ہے۔ قدیم چین میں اسے زلد، زکام، کان کے درد، جانوروں کے کاٹنے اور بارود سے جل جانے وغیرہ کے علاج کے لیے استعمال کیا جاتا تھا۔ gestational diabetes ذیابیطس حاملہ عورتوں کو

اولیاء اللہ کی تعلیمات کو عام کرنے

اور مثبت طرز فکر کی ترویج کے لیے

**رُوحانی ڈاکٹمنٹ**

کی توسیع اشاعت میں تعاون فرمائیے۔

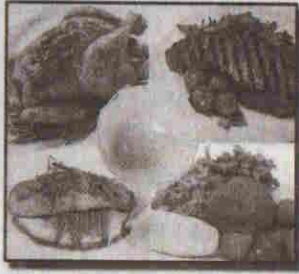
رُوحانی ڈاکٹمنٹ



# دائستریو

فلک ناز

لڈی اور ذائقہ صحت سے مہربان نئی دستور کی بریز کریں  
آپ کے مہر خان کی رونق میں اضافہ کریں گی۔



## سوپ اسپیشل

### چکن اینڈ کورن سوپ

اشیاء: چکن لیگ ہیں دو عدد (صاف کر کے دھولیں)، مکھن چوتھائی کپ، تیل دو چائے کے چمچ، میدہ ایک کھانے کا چمچ، پیاز (چھوٹے سائز کی) ایک عدد (باریک چوب کر لیں)، مرغی کی سینٹی ڈھائی کپ، شملہ مرچ (چھوٹے سائز کی) ایک عدد (چنگ نکل کر باریک چوب کر لیں)، ٹماٹر بڑے سائز کے دو عدد، چمکا اتار کر باریک چوب کر لیں، ٹماٹو پیسٹ دو چائے کے چمچ، مکئی کے دانے (اُبلے ہوئے) ایک کپ، اور یگانو پاؤڈر ایک پینچی، دھنیا پاؤڈر چوتھائی چائے کا چمچ، نمک حسب ذائقہ، سیاہ مرچ پاؤڈر حسب ضرورت، ہرا دھنیا چوب کیا ہوا، حسب ضرورت (گارنش کے لیے)۔

اور گوشت کی رنگت گولڈن براؤن ہونے تک فرائی کریں۔ میدہ ڈال کر چمچ چلائیں اور ایک سے دو منٹ تک فرائی کریں۔ فرائی کرنے کے بعد مرغی کی سینٹی ڈال کر ایک مرتبہ اُپائیں، اس کے بعد ڈھکن ڈھک کر مکئی آٹھ پر پانچ منٹ تک پکائیں۔ شملہ مرچ، ٹماٹر، ٹماٹو پیسٹ، مکئی کے دانے، اور یگانو پاؤڈر دھنیا پاؤڈر، نمک اور سیاہ مرچ پاؤڈر شامل کر کے چمچ چلائیں اور ڈھکن ڈھک کر مزید میں منٹ تک پکائیں۔ گوشت چمچ، نمکرونی (اُبی ہوئی) چوتھائی کپ، کامن فلور پیسٹ آدھا کپ، انڈا ایک عدد (پھیٹ لیں)۔

### بیف اینڈ اونین سوپ

اشیاء: بیٹی دو کپ، گوشت 250 گرام، پیاز (چوب کر لیں) ایک عدد، سویا سوس تین کھانے کے چمچ، سیاہ مرچ پاؤڈر ایک چائے کا چمچ، نمک حسب ذائقہ، چلی سوس دو کھانے کا چمچ، نمکرونی (اُبی ہوئی) چوتھائی کپ، کامن فلور پیسٹ آدھا کپ، انڈا ایک عدد (پھیٹ لیں)۔

ترکیب: سوس پین میں تیل اور مکھن ڈال کر گرم کریں اور اس میں پیاز ڈال کر فرائی کریں۔ اس کے بعد اس میں چکن لیگ ہیں ڈال کر چمچ چلائیں سے تین منٹ تک پکائیں۔ مزید ارچکن

ترکیب: گوشت میں نمک اور پانی ڈال کر اچھی طرح اُبال لیں (پانی اتنا ڈالیں کہ گوشت گھلنے کے بعد چجانے



زندگی میں خوشیاں نامکمل کیوں...

کیا آپ ماں یا باپ بننے سے محروم ہیں؟  
آپ کے پکھرے خوابوں کو پورا کرے



**AUSTRALIAN CONCEPT  
INFERTILITY MEDICAL CENTER**

WE OFFER FREE CONSULTANCY. OPEN 7 DAYS A WEEK ••• YOUR DREAMS MAY COME TRUE

**FOR MORE INFORMATION: 0345-8266469, 0315-8266469**

**HEAD OFFICE: 32-A, BLOCK 5, ROJHAN STREET, BILAWAL CHOWRANGI, BEHIND  
BBQ TONIGHT, KEHKASHAN, CLIFTON, KARACHI.**

**TEL: 021-35862353, 35862367, 35371452, 35371453**

**FAX: 021-35876907**

**E-MAIL : concept@cyber.net.pk**

**Or visit us at: www.acimc.org**

**Connect with us  
on FACEBOOK**

HYDERABAD: 022.278.0375 • MULTAN: 061.457.3227 • LAHORE: 0423.591.3588 • ISLAMABAD: 051.265.150

ORIENT™ MCCA

والے پانی اور بخنی میں ہی سوپ تیار ہو سکے۔ اس کے بعد اہلا ہوا گوشت نکال کر ریشہ کر لیں۔ ایک سوس پین میں بخنی ڈال کر گرم کریں۔ اس میں پیاز، گوشت، میکرونی، سویا سوس، سیاہ مرچ پاؤڈر ڈال کر کس کر لیں۔ آخر میں انڈا اور کارن فلور ڈال کر چھچھائی چلائیں۔ گاڑھا ہونے تک ہلکی آٹھ پر بخنی کو ایک دگیچی میں ڈال کر اس میں

بھنے کے دانے، چینی، نمک، چائیز نمک اور سفید مرچ پاؤڈر ڈال کر پکائیں۔ پندرہ منٹ بعد لیوں کارن، سرکہ اور زرد رنگ ڈال کر پانچ منٹ تک پکائیں۔ اس میں کارن فلور کا آمیزہ ڈال کر اچھی طرح کس کر لیں۔ ایک اہال آجائے تو

انڈے پھینٹ کر ڈال دیں۔ پانچ کے بعد مرغی کے ریشہ شامل کر دیں۔ پانچ منٹ تک پکنے دیں اور اس کے بعد چولہا بند کر دیں۔ چلی سوس ڈال کر گرم گرم سرور کریں۔

### ٹماٹر سوپ

**اشیاء:** سرخ ٹماٹر آدھا کلو (چھلکا ہٹا کر کاٹ لیں)، گرام، آلو ایک عدد، مکھن دو کھانے کے چھچھائی پاؤڈر، پیاز کاٹ لیں، ایک چائے کا چمچ، اورک پیٹ آدھا چائے کا چمچ، دار چینی پاؤڈر چوتھائی ایک عدد (باریک کاٹ لیں)، مکھن دو کھانے کے



کھانے کے چمچ، تازی لال مرچ ایک عدد (تھوڑا سا کھال کر چوپ کر لیں)، شکر ایک چائے کا چمچ، کوکونٹ کریم آدھا کپ، نمک حسب ذائقہ، سیاہ مرچ پاؤڈر حسب ضرورت، ہراد حنیا (گارنش کے لیے) حسب ضرورت۔

**ترکیب:** پیاز کو باریک چوپ کر لیں۔ شہیم، کدو اور آلو کو چھیل کر درمیانے سائز کے ٹکڑے کاٹ لیں۔ سوس پین میں مکھن گرم کریں اور اس میں پیاز ڈال کر چار سے پانچ منٹ تک فرائی کریں۔ اس کے بعد اس میں شہیم، کدو اور آلو ڈال کر تین سے چار منٹ تک فرائی کریں اس میں

Marjoram، اورک، دار چینی پاؤڈر، ہری پیاز، نمک اور سیاہ مرچ پاؤڈر ڈال کر کس کریں اور ہلکی آٹھ پر دس منٹ تک پکائیں، اس دوران مسلسل چھچھائی جائیں۔

سبزی کی بخنی، بادام، لال مرچ اور شکر ڈال کر چھچھائی اور ڈھکن ڈھک کر ہلکی آٹھ پر پکائیں۔ سبزیوں کے نرم ہونے پر اس میں کوکونٹ کریم شامل کریں۔ مزیدار اسپانسی و جینی ٹیل سوپ تیار ہے سرورنگ پاؤڈل میں نکالیں اور ہراد حنیا سے گارنش کر کے پیش کریں۔

### وائیٹ بین سوپ

**اشیاء:** سفید لوبیا ڈیڑھ کپ

(صاف کر کے پانی میں رات بھر کے لیے بھگو دیں)، تیز پات ایک عدد، زیتون کا تیل پانچ کھانے کے چمچ، پیاز (درمیانے سائز کی) ایک عدد (باریک چوپ کر لیں)، گاجر ایک عدد (صاف کر کے باریک چوپ کر لیں)، سیلری ایک عدد (باریک چوپ کر لیں)، ٹماٹر (درمیانے سائز کے) تین عدد (چھلکا ہٹا کر باریک چوپ کر لیں)، لہسن کے جوئے دو عدد (باریک چوپ کر لیں)، تھائم لیف (چوپ کی ہوئی) ایک چائے کا چمچ، پانی تین کپ (گرم کر لی)، نمک حسب ذائقہ، سیاہ مرچ پاؤڈر حسب ضرورت۔

**ترکیب:** سوس پین میں مرغی کی بخنی چھ چوتھائی کپ، نوڈلز ایک کپ، نمک حسب ذائقہ، سیاہ مرچ پاؤڈر حسب ذائقہ، تیل حسب ضرورت۔

**ترکیب:** سوس پین میں مرغی کی بخنی ڈال کر درمیانے سائز پر گرم کر کے اس میں نوڈلز ڈال کر پکائیں۔ پیالے میں انڈے ڈال کر اس میں ہراد حنیا، نمک اور سیاہ مرچ پاؤڈر ڈال کر پھینٹیں۔ فرائیٹنگ پین میں تیل گرم کر کے اس میں پھینٹے ہوئے انڈوں کا پتلا پتلا آلیٹ بنائیں۔

ہموار پیٹ تیار کر لیں۔ نان اسٹک پین میں تیل گرم کریں اس میں پیاز ڈال کر فرائی کریں۔ گاجر اور سیلری ڈال کر چھچھائی اور پانچ منٹ تک پکائیں۔ گاجروں کے نرم ہوجانے کے بعد اس میں ٹماٹر، لہسن اور تھائم لیف ڈال کر چھ سے آٹھ منٹ تک پکائیں۔ اس کے بعد اس میں گرم پانی، ثابت لوبیا اور لوبیا کا پیٹ شامل کریں۔

پیش کریں۔

نمک اور سیاہ مرچ پاؤڈر شامل کر کے دھیمی آٹھ پر دس سے پندرہ منٹ تک پکائیں۔ مزیدار وائیٹ بین سوپ تیار ہے گرم گرم پیش کریں۔

### چکن نوڈلز سوپ

**اشیاء:** مرغی (اہلی ہوئی) آدھا کپ، انڈے تین عدد (پھینٹ لیں)، ہرا دھنیا دو کھانے کے چمچ (چوپ کر لیں)، مرغی کی بخنی چھ چوتھائی کپ، نوڈلز ایک کپ، نمک حسب ذائقہ، سیاہ مرچ پاؤڈر حسب ذائقہ، تیل حسب ضرورت۔

**ترکیب:** سوس پین میں مرغی کی بخنی ڈال کر درمیانے سائز پر گرم کر کے اس میں نوڈلز ڈال کر پکائیں۔ پیالے میں انڈے ڈال کر اس میں ہراد حنیا، نمک اور سیاہ مرچ پاؤڈر ڈال کر پھینٹیں۔ فرائیٹنگ پین میں تیل گرم کر کے اس میں پھینٹے ہوئے انڈوں کا پتلا پتلا آلیٹ بنائیں۔

آلیٹ کو رول کر کے اس کے باریک باریک سلاٹس کاٹ لیں۔ نوڈلز کے پکنے کے بعد اس میں اہلی ہوئی مرغی، آلیٹ کے سلائز، نمک اور سیاہ مرچ پاؤڈر ڈال کر کس کر لیں۔ سرورنگ پاؤڈل میں نکالیں۔ مزیدار چکن نوڈلز سوپ تیار ہے، گرم گرم پیش کریں۔

پیش کریں۔

## جلد و بالوں کے مسائل



اس کالم میں جلد اور بالوں کے مسائل کا حل پیش کیا جاتا ہے۔ قارئین اپنے خطوط اس پتے پر بھیج سکتے ہیں۔

جلد اور بالوں کے مسائل۔ معرفت روحانی ڈائجسٹ 1/7-D-1 ناظم آباد کراچی 74600

### خوبصورت ہاتھ، پیر

کر کے روزانہ سر پر لگائیں۔

سوال: پیرے کے مقابلے میں میرے ہاتھ اور پیر کالے ہیں۔ میری خواہش ہے کہ ہاتھ پیروں کی رنگت کچھ بہتر ہو جائے اور یہ نرم و ملائم بھی ہو جائیں۔

(عسریٹہ۔ بتول۔ لاہور)

سوال: پچھلے رمضان میں افطاری بناتے ہوئے گرم تیل سے ہاتھ جل گیا، زخم ٹوٹ گیا، ہو گیا مگر نشان باقی ہے۔

(شیم اختر۔ لاہور)

جواب: پیری اور نیم کی نرم اور تازہ 24 گرام کو نیپلوں کو 60 گرام دہی میں اچھی طرح پیس لیں۔ اس پیسٹ کو دن میں دو مرتبہ متاثرہ حصہ پر لگائیں۔



ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی

کے چمچ میووں کا رس اور ایک کھانے کا چمچ شہد لے کر اچھی طرح ان تمام اشیاء کو مکس کر لیں۔ اس آمیزے کو ہاتھوں اور پیروں پر لگا کر ایک گھنٹہ ایسے ہی اپنے دس دن پھر تازہ پانی سے دھو لیں۔

### گنجاپن

سوال: میری عمر 30 سال ہے۔ دو سال پہلے

کیل مہاسے

سوال: میرے چہرے پر تیزی سے

کیل مہاسے نکل رہے ہیں۔ میں نے

بہت سے ٹوئکے اور کریٹیمیں استعمال کی ہیں لیکن کیل مہاسوں

میں کمی کے بجائے اضافہ ہو رہا ہے۔

(نورین ریاض۔ ملتان)

جواب: پیرے کی جلد کی صفائی کا خاص خیال رکھیں۔

غذائیں چھاننی کا استعمال کم کر دیں۔ خربوزے کے خشک چھلکے

تک میرے بال گتے اور خوبصورت تھے

پھر تیزی سے بال جھڑنا شروع ہو گئے

اب سر درمیان سے گنجا ہو گیا ہے۔ بہت سے تیل اور شیپو

استعمال کیے مگر فائدہ نہیں ہوا۔۔۔

(ناصر جمال۔ فیصل آباد)

جواب: 40 گرام انگوٹھ کا رس یا سبز عمدہ کشمش لے کر 24

گرام ایلوویرا کے ساتھ کھرل کریں۔ پانی میں اس کا پیسٹ تیار

## عظیمی

کے اعتماد کے ساتھ

بالوں کی حفاظت کا قدرتی طریقہ

# سن ریز

ہیرن شیمپو



عظیمی کی تیار کردہ ہیرن پروڈکٹس قریبی اسٹور سے طلب فرمائیں۔

کراچی: فون: 021-36604127

# سانولی رنگت

کو

## نکھارنے کے چندراز

طرح جلد پر کوئی مضر اثرات مرتب نہیں ہوتے۔ سانولی جلد کی حفاظت اور خوبصورتی کے لیے ایٹن سب سے بہترین ہے جو برسوں سے حسن کی حفاظت میں استعمال ہوتا چلا آیا ہے۔ ایٹن بنانے کا طریقہ نہایت آسان ہے۔ رات کو چہرے کی دال دھو کر بھگو دیں۔ صبح ہلدی درمیانے نکلے کے ساتھ پیئیں لیں۔ پیسٹ بن جائے تو کاج کے پیالے میں ڈال کر لیوں کلاس ایک تھچ اس میں شامل کر دیں، اب اس مرکب کو چہرے پر ملیں۔ اسے چہرے پر تب تک لگا رہنے دیں جب تک

اچھی خاصی جلد کو بھی دودھ یا سفید کرنے کی دھن پوری دنیا میں اس حد تک پھیل چکی ہے کہ اس سے چھٹکارا ممکن نظر نہیں آتا۔ ناصر خواتین بلکہ مرد بھی آئے روز رنگ گورا کرنے کے نسخے آزما رہے نظر آتے ہیں۔ لڑکیوں میں تو خاص طور پر یہ عادت اس قدر پھیل چکی ہے

فائقہ احمد

کہ ان کے سامنے جو بھی رنگ گورا کرنے والی کریم آتی ہے وہ اپنے چہرے پر اس کی طبع آزمائی ضرور کرتی ہیں۔ چاہے جلد دانوں سے بھر جائے یا پھر اچھی خاصی نرم و ملائم جلد کھروری اور دھبے دار ہو جائے، اس کی پروا نہیں کی جاتی۔ اس ساری کھٹکیش میں اور بھاگ دوڑ میں اکثر لڑکیاں یہ بھول جاتی ہیں کہ نکلی سانولی رنگت کی اپنی ایک خوبصورتی اور جاذبیت ہے جو سفید رنگ میں نہیں ہوتی۔ سانولی رنگت خد و خال کو نمایاں کرتی ہے اور ایسی جلد بھی نہایت شاندار ہوتی ہے کیونکہ اس پر داغ دھبے موجود نہیں ہوتے۔

سانولی رنگت والی ایسی لڑکیاں جو اپنے کمپلکشن سے فکر مند رہتی ہیں ان کے لیے ہم چند ایسے قدرتی طریقے لے کر آتے ہیں جس سے سانولی جلد میں قدرتی طریقے سے نکھار لایا جاسکتا ہے۔

سانولی جلد ہو یا پھر گوری۔ اس کی اصلی حفاظت صرف قدرتی طریقوں سے ہی ممکن ہے کیونکہ اس

## Skin & Hair Care

### خشک جلد

**سوال:** سردیوں کے آتے ہی جلد خشک ہو کر اس پر لکیریں پڑنا شروع ہو جاتی ہیں۔ کولڈ کریمیں اور مونچھ انڈر کے استعمال سے جلد کی رنگت کالی پڑ جاتی ہے۔ کوئی آسان سستا اور گھریلو نسخہ بتائیے...؟

(ظاہرہ خان۔ ملتان)

**جواب:** خشک جلد کے لیے مختلف پھولوں کے چھلکے بہت مفید رہتے ہیں چونکہ ان میں تیل ہوتا ہے۔ جو خشک جلد کو تروتازہ رکھتا ہے۔ لیوں، ہند گی، چکو ترے کے چھلکوں کا تیل جلد کو ملائمت بخشتا ہے۔

گرپ فروٹ اور سنگترے کے چھلکے ایک حصہ، چار حصے ابلنا ہو اپنی ملاویں۔ ٹھنڈا ہونے پر اسے فرج میں رکھ دیں۔ پھر چھلکے نکال دیں۔ پانی سنبل کر فرج میں رکھ لیں یہ ایک اچھا نہیں ٹانگ ہے۔ جو خشک جلد کو تروتازہ دیتا ہے اور اس کی تازگی بحال کرتا ہے۔



لیں انہیں ہموزن دال مونگ اور چنے کے آٹے میں ملا کر باریک پیس لیں۔ یہ پاؤڈر 100 گرام دہی میں ملا کر پیسٹ لیں۔ اس کا پتلا سالیپ روزانہ سونے سے قبل چہرے پر کیجیے۔

### بالوں کا گرنا

**سوال:** میری عمر 24 سال ہے۔ میرے بال تیزی سے گر رہے ہیں۔ بال اسی طرح گرتے رہے تو بہت جلد سر بالوں سے خالی ہو جائے گا۔ کچھ لوگوں کے مشورے سے صابن کا استعمال بھی کم کر دیا ہے مگر بال گرنے کا سلسلہ تھم نہیں رہا۔

(وسیم احمد۔ حیدرآباد)

**جواب:** بالوں کے گرنے کی کئی وجوہات ہوتی ہیں۔ مثلاً غیر متوازن غذا، کھار پانی اور خشکی وغیرہ۔ میری کے پتے رات بھر پانی میں بھگوئے رکھیں۔ صبح اٹھ کر اس پانی سے سر دھولیں۔ اس کے علاوہ میری اور نیم کے پتوں کا لیپ تیار کر کے سر میں لگانا بھی فائدہ مند رہتا ہے۔ اس سے بال لمبے، نرم و ملائم اور چمکیلے ہو جاتے ہیں۔

### ہونٹ

**سوال:** سردیوں کے آتے ہی ہونٹ پھٹنے لگتے ہیں۔ کولڈ کریم استعمال کرنے سے ہونٹوں کی رنگت کالی ہو جاتی ہے۔

(مسرت جمیل۔ اسلام آباد)

**جواب:** مٹی بھر گلاب کی پتیوں، آدھا لیوں کارس، ایک تھچ گلبرگ، دو تھچ شہد اور ایک تھچ زعفران۔

گلاب کی پتیوں کے علاوہ تمام اجزاء کو اچھی طرح کس کریں۔ پتیوں توڑیں اور انہیں بھی اس مرکب میں شامل کر دیں، اب اس مرکب کو شیشے کی بوتل میں بھر لیں اور رات کو سونے سے پہلے ہونٹوں پر لگیں، صبح تازہ پانی سے ہونٹ دھولیں۔ اس کے استعمال سے ہونٹ نرم و ملائم اور خوبصورت ہو جائیں گے۔

# شیر خوار بچوں کے لیے مذاکی اہمیت

بچے کی عمر کے پہلے برس کے دوران اسے مناسب اور بھرپور غذائیت کی حامل خوراک فراہم کرنا، نہایت اہم ہے کیونکہ اس سے جو توانائی حاصل ہوتی ہے، وہ بچے کی آئندہ زندگی اور نشوونما پر نہایت گہرے اثرات مرتب کرتی ہے۔

شیر خورگی کے دور میں بچے کی جسمانی نشوونما کی رفتار، بقیہ تمام عمر کی رفتار سے تیز ترین ہوتی ہے۔ اس کا اندازہ یوں کر لیں کہ اگر بچے کو مناسب غذا اور ست طریقے سے دی جا رہی ہو، تو پیدائش کے وقت اس کا جتنا وزن ہوتا ہے، صرف چھ ماہ کی عمر میں یہ وزن دگنا اور سال بھر کی عمر میں یعنی پہلی سالگرہ کے وقت تین گنا ہو جاتا ہے۔ بچے کی عمر کے پہلے برس میں سب سے بہتر، موزوں اور مثالی خوراک ماں دودھ ہے۔ پیدائش سے لے کر چار تا چھ ماہ کے عرصے تک، یعنی جب تک کسی ٹھوس غذا کا آغاز نہ ہو، ماں کا دودھ بہترین خوراک ہے۔

ہر فرد چاہتا ہے کہ اس کے بچوں کی جسمانی نشوونما بہتر سے بہتر ہو۔ اس کے لیے ضروری ہے کہ بچوں کی غذائی ضروریات کا خاص خیال رکھا جائے۔

غذا کو پانچ بنیادی گروپس میں تقسیم کیا جاسکتا ہے۔

1۔ پھل اور سبزیاں، 2۔ نشاستہ، 3۔ چکنائی اور شکر، 4۔ لحمیات (پروٹین) 5۔ معدنیات

بچوں کو تازہ پھل اور تازہ سبزیاں ضرور دیجیے۔ ان سے ریشہ، حیاتین اور معدنیات حاصل ہوتی ہیں اور امراض قلب اور سرطان سے تحفظ ملتا ہے۔ ریشہ ہانسنے کا عمل درست رکھتا ہے۔ سبزیوں اور پھلوں میں موجود ٹامن، پکوانے سے جلد متاثر ہو جاتے ہیں اس لیے سبزیوں اور پھلوں کو اگر پکانا ہو تو کم سے کم حرارت پہنچائیے۔ اہلی ہوئی،

دودھ اور شہد کا مخلول بنا کر اس میں پے ہوئے بادام شامل کر کے لپ تیار کر لیا جائے اور اسے آدھے گھنٹے کے لیے چہرے پر لگا لیا جائے تو یہ خشک جلد کے لیے نہایت موثر ثابت ہوتا ہے۔

اس لپ سے جلد چمکنی اور نرم و ملائم ہونے کے ساتھ ساتھ کھڑ آتی ہے اور گرمی کی شدت سے رنگت سانولی نہیں پڑتی۔

سوکھ نہ جائے۔ بعد ازاں چہرے کو ٹھنڈے پانی سے دھو لیں، اس اہٹن سے سانولی رنگت کھڑ کر گلاب کی طرح ہو جائے گی۔

اس کے علاوہ اگر بیٹھے بادام ہیں کہ دودھ یا ملائی کے ساتھ پیٹ بنا کر چہرے پر لگائیں اور پندرہ میں منٹ تک لگا رہنے کے بعد مل کر اتار لیں تو اس سے بھی جلد چمک اٹھتی ہے اور رنگت کھل جاتی ہے۔

یہ ایسے طریقے ہیں جن کے لیے نہ تو آپ کو بوٹی پارلر جانے کی اور نہ ہی بڑی رقم خرچ کرنے کی ضرورت پڑے گی۔

آپ یکن میں کام کرتے ہوئے تھوڑی سی محنت سے اپنی جلد میں قدرتی کھارلا لگتی ہیں۔

مثلاً کھانا بناتے ہوئے پالک یا کوئی بھی سبزی کو ابالنے کے بعد اس کے پانی کو محفوظ کر لیں پھر اس کو ٹھنڈا کر کے چہرے پر ملیں چہرہ چمک اٹھے گا۔ دہی چہرے پر ملیں اور دس منٹ بعد چہرہ پانی سے دھو لیں یا پھر کھانے کی میز صاف کرتے ہوئے میز پر بچے ہوئے پھلوں کو کس کر کے جو س نکال کر چہرے پر لگائیں اور پھر دس منٹ بعد چہرہ دھو لیں آپ دیکھیں گی کہ یہ دونوں نسخے کس قدر کارآمد ثابت ہوتے ہیں۔

گرمیوں میں دھوپ میں نکلنے سے رنگت سیاہ پڑ جاتی

کافی سے حاملہ خواتین کی صحت کو خطرہ

امر کی تحقیق میں یہ بات سامنے آئی ہے کہ ماں بننے والی خواتین اور ان کے ہونے والے بچے کی صحت کے لیے کافی خطرہ بن سکتی ہے۔ سائنسدانوں نے مشورہ دیا ہے کہ حاملہ خواتین زیادہ کافی پینے سے گریز کریں۔

## ایک سال سے کم عمر بچے کے لیے متنوع غذائیں

ایک سال سے کم عمر بچے کو مندرجہ ذیل اشیاء نہیں دیجیے۔

انڈے کی سفیدی اور موگ پھلی کا مکھن نہیں دیجیے، اس سے بچے کو الرجی ہو سکتی ہے۔ اسی طرح ٹھنڈے مشروبات (بیور بجز) بھی نہیں دیں، ان میں شکر یا کینٹین کی مقدار زیادہ ہوتی ہے۔ سافٹ ڈرکس، چائے، کافی، نباتاتی چائے (ہربل ٹی) کول ایڈ، اور دوسرے پھلوں کے مشروبات بھی نہ دیں، ان میں بھی شکر کی زیادہ مقدار ہوتی ہے، جو اس عمر کے بچوں کے لیے موزوں نہیں۔

بچے کو پھلی ٹھوس خوراک کے طور پر بہتر ہو گا کہ چاول کا دلیہ دیجیے۔ چند دن بعد بچے کو کسی بھی اناج کا پکا ہوا دانہ ایک ایک کر کے دیا جا سکتا ہے۔ مختلف اناجوں کا تجربہ ایک ایک کر کے کیجیے۔ اس سے معلوم ہو جائے گا کہ بچے کو کسی اناج سے الرجی تو نہیں۔ چارے سے چھ ماہ کی عمر میں صرف ایک سے دو (کھانے کے) پیچ دلیہ دن میں ایک بار دیجیے۔ دلیے کو بوسل میں نہ ڈالیے۔ سات سے نو ماہ کی عمر میں ماں کے دودھ کے ساتھ انڈے کی زردی، گوشت کا شوربہ، اُلی ہوئی پھلیوں کے دانے، کاجنیر، تھوڑی مقدار میں دیے جا سکتے ہیں۔ آٹھ سے دس ماہ کی عمر میں بچے کو مسلی ہوئی غذا دینا شروع کریں تاکہ وہ چبانا سکھ سکے۔ جب بچے کے دانت نکلے لگیں تو اسے خشک ڈبل روٹی یا توست دیجیے۔ اسے ایسی سخت غذا نہ دیجیے جو اس کے منہ میں گھل ہی نہ سکے۔ یہ غذائیں بچے کے حلق میں پھنس سکتی ہیں۔ دس سے بارہ ماہ کی عمر میں بچے خود اپنے ہاتھ سے غذا اٹھا کر کھانے لگتا

پنیر اور روٹی کے پھنس جانے مثلاً انگور کے علاوہ بچے جب کوئی شے کھا رہا ہو تو اسے اکیلا چھوڑ کر کہیں نہ جائیں۔



ملک کی فراہمی سے آپ کے بچے کی مطلوبہ غذائی ضروریات پوری ہو جاتی ہیں۔ اس کے بعد آپ چاول اور سادہ پھل اور سبز یوں کا شوربہ دیں مثلاً آلو اور گاجر کا شوربہ، سیب اور ناشپاتی کا شوربہ، یا پھر کچلے ہوئے کیلے استعمال کروا سکتی ہیں۔

چھ سے نو ماہ کی عمر تک بیشتر بچے، دن میں ایک بار

دالوں، گری والے خشک پھلوں میں بھی لحمیات کی مقدار خاصی ہوتی ہے۔

لوہا (آئرن) آپ کی خوراک کا ایک اہم حصہ ہے۔ یہ بات کم دلچسپ اور کم اہم نہیں کہ نباتاتی غذا سے اس کا حصول خاصاً ”دوسر“ ہے۔ ”آئرن کی کمی“ سب سے زیادہ عام غذائی کمی ہے۔ بچے پیدائش کے وقت قدرتی طور پر اپنے اندر آئرن کا ایک ذخیرہ لے کر دنیا میں آتے ہیں جو ان کی عمر کے ابتدائی چھ ماہ تک ان کا ساتھ دیتا ہے۔ جب یہ ذخیرہ استعمال ہو کر ختم ہو جاتا ہے تو بچے کے لیے صرف ایک راستہ رہ جاتا ہے کہ وہ مزید مطلوبہ آئرن کو اپنی خوراک سے حاصل کرے۔ جو آئرن کی سب سے زیادہ حاصل اور جزو بدن بن سکتا ہے، وہ گوشت سے حاصل ہونے والا آئرن ہے، جبکہ نباتاتی غذاؤں سے جو آئرن حاصل ہوتا ہے، وہ خاصی دیر میں اور مشکل سے جزو بدن بن پاتا ہے۔

کیلشیم صحت پر برقرار رکھنے کے لیے ضروری ہے، خصوصاً بچوں کی ہڈیوں کی نشوونما اور قد بڑھانے کے لیے کیلشیم بالکل وہی حیثیت رکھتا ہے جو کسی عمارت کی تعمیر کے لیے سیمنٹ کی ہے۔ اگر کسی وجہ سے ماں کا دودھ فراہم نہ کیا جاسکے تو فارمولہ ملک یا انٹینٹ فارمولہ بھی استعمال کیا جا سکتا ہے، مگر اس کے لیے خاندانی معالج کا مشورہ اور اس کی ہدایات پر عمل لازمی ہے۔

یہ کیلشیم ہی ہے جس کی بدولت آپ کے بچے کے دانت بھی تشکیل پاتے ہیں، یہاں جو بات اہم ہے اور یاد رکھنے کی ہے۔ وہ یہ ہے کہ چھوٹے بچے کی غذائی ضروریات زیادہ ہوتی ہیں اور انہیں بڑی عمر کے افراد کے مقابلے میں لحمیات (پروٹین) اور کیلشیم زیادہ مقدار میں درکار ہوتا ہے۔

چار تا پانچ ماہ کی عمر تک ماں کے دودھ یا فارمولہ

بھاپ دی ہوئی یا معمولی سی تلی ہوئی سبزیاں بہتر ہیں یا پھر انہیں سلاکے کے طور پر کچا ہی کھلائیے۔

نشاستے والی غذاؤں میں ہر قسم کی روٹیاں، چاول، چپاتی، آلو، شکر قندی، دلیے، پاشا، نوڈلز، جو وغیرہ شامل ہیں۔ ان کو ہم ابند صحت فراہم کرنے والی غذائیں کہہ سکتے ہیں۔ یہ ہمیں توانائی فراہم کرتی ہیں جو جسمانی افعال انجام دینے کے لیے ضروری ہے۔ ہمارا جسم غذا سے حاصل ہونے والے نشاستے کو گلوکوز اور گلائی کوجن میں تبدیل کر دیتا ہے۔ گلوکوز فوری توانائی فراہم کرتا ہے جبکہ گلائیکوجن، جگر میں محفوظ ہوا جاتا ہے۔ ماہرین کے مطابق ہماری توانائی کی روزانہ ضرورت کا پچاس فیصد نشاستے کی مدد سے پورا ہونا چاہیے۔

چکنائی اور شکر، ہمیں مختلف غذاؤں سے حاصل ہوتی ہے مثلاً ایک، بسکٹ، نمکو، مٹھائیاں، ٹافیاں، چاکلیٹ، پڈنگ، کریم، آئس کریم، مایونیز اور تلی ہوئی غذائیں۔ بچوں کو چکنائی اور شکر والی غذائیں دیتے ہوئے اعتدال سے کام لیں۔ چکنائی ہمیں لازمی گمی ترے یعنی فیٹی ایڈ فراہم کرتی ہے جو اعصابی نظام کے درست کام کرنے کے لیے ضروری ہیں۔ مچھلی سے حاصل ہونے والا تیل زیادہ بہتر ہے۔ سورج کھئی اور زیتون کا تیل بھی اچھا ہے۔

لحمیات (پروٹین) ہمارے جسم کی تعمیر کرتی ہیں۔ ان کی حیثیت وہی ہے جو گھر کی تعمیر میں اینٹوں کی ہوتی ہے۔ بچوں کا جسم بڑھ رہا ہوتا ہے تو انہیں پروٹین کی خاص طور پر ضرورت ہوتی ہے۔

اگر کبھی خدا نخواستہ چوٹ لگنے سے جسم کا کوئی حصہ زخمی ہو جائے تو متاثرہ عضلات اور نشوونما کی بحالی میں لحمیات کا کردار بہت اہم ہوتا ہے۔

بکری، گائے، مرغی، مچھلی کے گوشت، انڈوں میں لحمیات وافر ہوتی ہے۔ کئی سبزیوں مثلاً مٹر،

حالات نے میری مسکراہٹوں کو آہوں میں بدل کر مجھے  
مصائب و آرام کی راہوں پر ڈال دیا..... نسرین آپا

ایک لیک کر کے تمام بہن بھائی ساتھ پھوز گئے۔ آخر مجھے بھی اپنے گلشن کو اس طرح  
پھونانا پڑا کہ رخصت کرنے والے ہاتھ میرے سر پر نہ تھے۔

والدین کی شفقت سے محسروم بچوں کی دلجوئی اب میرا مقصد حیات  
ہے۔ میں ان کے مر جھائے ہوئے چہروں پر مسکراہٹ لانا چاہتی ہوں....

”میں ابھی پانچ برس کی ہی تھی کہ گردش دوران نے  
میری مسکراہٹوں کو آہوں میں بدل کر مجھے مصائب و آلام  
کی راہوں پر ڈال دیا۔ میں ان انجان  
پگڈنڈیوں پر حیران و  
پریشان چلتی رہی۔

وہ شخص جو ہمیشہ خوش رہتا ہے اور بڑی سے بڑی  
آفت آجانے پر بھی جس کے چہرے پر برابر خوشی رہتی  
ہے۔ جو کبھی بھی اور کسی بھی ماحول میں ڈکھی اور مایوس  
نہیں ہوتا۔ ایسا شخص ان لوگوں کے لیے مثال ہوتا ہے جو  
مایوس ہو کر اپنا حوصلہ کھوپکے ہوتے ہیں۔ جن کی امید  
ناامیدی میں بدل چکی ہوتی ہے اور جو خود کو بے سہارا سمجھنے  
لگتے ہیں، نسرین آپا کی شخصیت ان مایوس اور کم ہمت  
لوگوں کے لیے مشعل راہ ہے۔

ذرا چشم تصور سے ان خاتون کو دیکھیے! جنہوں  
نے مصائب و آلام میں بھی صبر کا دامن ہاتھوں  
سے جانے نہیں دیا۔

ہم نے نسرین آپا سے ان کی زندگی  
کے تیشیب و فراز اور جدوجہد کے بارے میں پوچھا  
تو وہ کچھ دیر خاموشی سے فرس کو سنتی رہیں، ایسا معلوم  
ہو رہا تھا کہ وہ بیٹے ہوئے دنوں کی یادوں کو ذہن میں تازہ  
کرنے کی کوشش کر رہی ہوں۔

پچھ سوکوت کے بعد نسرین آپا  
دیسے انداز میں گویا ہوئیں۔



گلشن کو خدا حافظ.....

عظیہ

کے اعتماد کے ساتھ

موٹاپے سے نجات

ہر بل ٹیبلٹ

مہر زلین



بڑھا ہوا پیٹ گھٹانے وزن کم کرنے کے لئے  
قدرتی اجزاء سے تیار کردہ عظیہ کی ہر بل ٹیبلٹ مہر زلین

عظیہ کی تیار کردہ ہر بل پروڈکٹس قریبی اسٹور سے طلب فرمائیں۔

کراچی: فون: 021-36604127

اس امید پر شاید کبھی سکون کی منزل مل سکے۔

میرے والد ایک پرائیوٹ فرم میں اچھے عہدے پر فائز تھے۔ وہ ہمارے عروج کا زمانہ تھا۔ گھر میں کسی چیز کی کمی نہیں تھی۔ ہم چار بہنیں اور تین بھائی تھے۔ ایک بھائی کا انتقال بچپن میں ہی ہو گیا تھا۔ میں سب سے چھوٹی تھی۔ وقت بڑے مزے سے گزر رہا تھا مگر زمانہ کہاں ایک سار ہوتا ہے، ہمارا نشین بھی تغیر کی لپیٹ میں آیا اور ہماری دنیا تہہ و بالا ہو گئی۔

بڑے بھائی جو کہ ابھی تعلیم حاصل کر رہے تھے۔ چند روز بیمار رہنے کے بعد اللہ کو پیارے ہو گئے۔ امی جوان بیٹے کی موت کی تاب نہ لا کر اپنے بیٹے سے جا ملیں۔ گردش دوران نے امی پر آکٹانہیں کیا۔ امی کی وفات کے ایک سال بعد ہی ابو بھی ٹریفک حادثے میں ہمیں اکیلا چھوڑ کر خالق حقیقی سے جا ملے۔

”ابو اور بڑے بھائی کی موت کے بعد آپ کا سہارا کون بنا....؟“ ہم نے نسرین آپ سے پوچھا تو وہ کہنے لگیں ”ابو کے انتقال کے بعد گھر اور ہم بہنوں کی، ہر طرح کی ذمہ داری بھائی رحیم پر آ پڑی۔ جن کی عمر صرف آٹھ سال تھی۔ وہ دو بہنوں سے چھوٹے تھے۔ انہیں دنیا کا کوئی تجربہ نہ تھا مگر حالات کے سامنے سیدہ سپر ہو گئے۔ باقی شادی شدہ تھیں۔ ان کے مشورے سے دونوں بہنوں کی شادیاں کر دی گئیں اور اس طرح کسی حد تک ذمہ داریوں کا بوجھ ہلکا ہو گیا۔

اس چھوٹی سی عمر میں بھائی رحیم پر اس قدر بوجھ نے اسے بہت کمزور کر دیا تھا۔ دوستوں کے ساتھ سیر و تفریح بھی چھوڑ دی تھی۔ تعلیم کا سلسلہ بھی ختم کرنا پڑا اور وہ خواہش کے باوجود ایم اے کرنے سے قاصر رہ گئے۔ انہوں نے ایک پرائیوٹ ادارے میں ملازمت اختیار کر لی۔ وقت گزری کا ذریعہ تو انہیں مل گیا مگر ذہنی

انجمنوں اور پریکٹسوں میں کوئی کمی نہ آئی۔

بھائی رحیم مجھ سے بہت محبت کرتے تھے۔ میرے منہ سے نکلی ہر خواہش پوری کرنے کی کوشش کرتے۔ انہوں نے مجھے ماں، باپ، بہن اور بھائی سب کا پیار دیا۔ ایک دن بھائی رحیم کو بھی کسی موذی بخار نے آ لیا۔ صدمات نے بھائی رحیم کو پہلے ہی کمزور کر دیا تھا جس کی وجہ سے اس بیماری کا مقابلہ نہ کر کے ابو اور آخر بھائی رحیم بھی اپنی بہن کو چھوڑ کر امی، ابو کے پاس چلے گئے۔

”نسرین آپ ایک بعد اتنے حادثے اور پھر بھائی رحیم کی موت کو آپ نے کس طرح برداشت کیا ہو گا....؟“ ہم نسرین آپ پر ٹوٹنے والے مصائب کو جان کر نمیدیدہ ہو گئے۔

نسرین آپ کی آنکھوں میں ہلکی ہلکی نمی تیرنے لگی ”بھائی رحیم کی وفات کے بعد مجھے اپنے آبائی گھر کو ہمیشہ کے لیے الوداع کہنا پڑا کیونکہ میری کفالت باہی نے اپنے ذمہ لے لی تھی۔ وہ ایک قیامت خیز گھڑی تھی جب میں اپنے اس گھر سے زحمت ہو رہی تھی جہاں والدین کے ساتھ گزرے اچھے دنوں کی داستانیں مدفون تھیں۔ میں باہی کے ہمراہ ان کے گھر چلی آئی۔“

”آپ کو اس نئے ماحول میں خود کو ایڈجسٹ کرنے میں مشکل تو پیش نہیں آئی....؟“ ہمارے سوال کے جواب میں نسرین آپ یوں کہیں ”باہی کے گھر کا ماحول میرے لیے ب نیا تھا۔ مگر اب مجھے مستقبل طور یہاں رہنا تھا۔ امی، ابو بھائی، رحیم اور منجھلی باہی سبھی نے میرا ساتھ چھوڑ دیا تھا اور میں تنہا رہ گئی تھی۔ ایسا محسوس ہوتا تھا کہ سانس کی آمد و رفت ہمیشہ کے لیے ڈک جائے گی مگر وقت کی بچی میں پسینے کے لیے مجھے ابھی زندہ رہنا تھا۔“

”نسرین آپ! ان حالات کا مقابلہ آپ نے کیسے کیا....؟“ ہم نے سوال کیا۔

نسرین آپ نے جذباتی انداز میں ہمارے سوال کا جواب یوں دیا ”میری توجہ صرف ایک مرکز پر مرکوز ہو کر رہ گئی تھی کہ مجھے تعلیم حاصل کر کے اپنے پاؤں پر جلد از جلد کھڑا ہو جانا چاہیے۔ مسلسل ناسازگار حالات نے مجھے کافی حساس بنا دیا تھا۔ میں لوگوں کے کام آنا چاہتی تھی۔ اس کے پیش نظر میں ساری دنیا سے بے نیاز ہو کر اپنی پڑھائی کی طرف پوری طرح متوجہ ہو گئی۔ میں نے ایف، اے کا امتحان پاس کیا۔

حالات کے پیش نظر تعلیم جاری رکھنا مناسب نہ سمجھا۔ میں لٹچر بننا چاہتی تھی لہذا سی ای کی تربیت حاصل کی۔ اب ملازمت کا سوال سامنے آیا۔ میرا کوئی سفارش کرنے والا نہ تھا۔ خدا ہی میرا حامی بنا دیا تھا۔ اللہ کا نام لے کر ٹیچر کے انٹرویو میں بیٹھ گئی، انٹرویو بہت اچھا ہوا اور ایک ماہ بعد مجھے بے سہارا بچوں کے لیے قائم ایک اسکول میں ملازمت مل گئی۔ میری خوشی کا کوئی ٹھکانہ نہ تھا۔ ایسا لگ رہا تھا کہ ساری دنیا کی نعمتیں مجھے مل گئی ہوں۔ یہ میری زندگی کا نیا دور تھا۔ اللہ کا نام لے کر میں نے بچوں کی تعلیم و تربیت کا آغاز کر دیا۔“

”نسرین آپ بچوں کی تعلیم و تربیت کرتے ہوئے آپ کے احساسات کیا تھے....؟“

نسرین آپ ہمارے سوال پر کچھ دیر خاموش رہیں پھر گویا ہوئیں ”ہمارا اسکول شہر کے مضافاتی علاقے میں واقع ہے۔ یہاں بچوں کی اکثریت غریب اور بے سہارا طبقے سے تعلق رکھتی ہے۔ بے سہارا بچوں کی زرد رنگت، ان کی پھینکی مسکراہٹ، ان کے پڑھنے اور خاموش پڑنے، ان کا بوسیدہ لباس، ان کی ہلکوں پر لڑتے ہوئے آنسو ان کے دکھوں پر سے پردہ اٹھانے کے لیے کافی تھے۔ میں نے اپنا فرض بچپانے ہوئے ان کی طرف پوری توجہ دی۔ والدین کی شفقت سے محروم بچوں کی دلجوئی میرا مقصد حیات

ہے۔ میں ان کے مرجھائے ہوئے پیرے نہیں دیکھ سکتی، انہیں ہنسا دیکھ کر مجھے سکون ملتا ہے۔ تقریباً پندرہ سالوں سے بے سہارا اور یتیم بچوں کے درمیان رہتے ہوئے ان میں خوشیاں بانٹنے کی کوشش کر رہی ہوں۔ اللہ پاک سے دعا ہے کہ جب تک دم میں دم ہے میں جدوجہد کرتی رہوں تاکہ کوئی بچہ تعلیم سے محروم نہ رہے۔“



ایسے تمام خواتین و حضرات اور خصوصاً بیرون ممالک کے قارئین کرام جنہیں ای میل کی سہولت حاصل ہے۔ وہ روحانی بیگ رائٹرز، زکب، قد سحر، بچوں کا روحانی ڈائجسٹ، سائنس کارنر Q&A، روحانی سوال و جواب، روحانی ڈاک، محفل مرقبہ ۱۱ استفسارات کے لیے اپنے خطوط اور تجاویز، افق سے متعلق تحریریں، مضامین، رپورٹس، ڈوکیومنٹس، تصاویر اور دیگر فائلوں کی انچجمنٹ اپنی ای میل کے ساتھ درج ذیل ایڈریس پر ایچ کر کے ارسال کر سکتے ہیں۔

roohanidigest@yahoo.com

اپنی ہر ای میل کے ساتھ اپنا نام، شہر اور ملک کا نام ضرور تحریر کریں۔

سرکولیشن سے متعلق استفسارات کے ساتھ اپنا رجسٹریشن نمبر لازماً تحریر کریں۔





اگرچہ وہ اپنے بڑھاپے اور غربت کا بہانہ بنا کر لوگوں

## سوہنے یہ بھی آدمی

کے سامنے ہاتھ پھیلاتے ہوئے آسانی سے یومیہ تین چار سو روپے بنور سکتی تھی، لیکن اس نے کبھی ایسا کرنے کے بارے میں سوچا تک نہیں! کیونکہ وہ جانتی ہے کہ بھیک مانگنے سے بہتر مر جانا ہے۔ اس لیے محنت کو اپنا اوزھنا بچھونا بنا لیا۔

ہم تذکرہ کر رہے ہیں ضعیف العمر سکینہ بی بی کا، جو پچھلے 25 سال سے بچوں کی ٹافیاں، بسکٹ اور چھالیہ وغیرہ فروخت کر رہی ہیں۔

اپنی ہستی کو قائم رکھنے کے لیے جدوجہد کرنا

قدرت کا اس قانون ہے۔ جو لوگ سعی و کوشش سے گریز کرتے ہیں ان کی ہستی مٹ جاتی ہے۔ ایسا ہی ایک محنت کش پر عزم چہرہ جس کا وجود انتہائی نحیف و کمزور ہو چکا ہے اور اس کی عمر 75 سال سے تجاوز کر چکی ہے۔ زندگی بھر اس نے خوشیاں کم اور غم بہت زیادہ دیکھے ہیں، لیکن اس نے صبر کا دامن اپنے ہاتھ سے جانے نہ دیا۔ غربت و افلاس اور غموں کے پہلانے اگرچہ اسے نڈھال کر دیا، تاہم حوادثِ زمانہ اسے محنت سے نہ روک سکے۔

جب انسان اپنی خواہشات کو محدود اور ضرورتوں کو کم کر لیتا ہے تو عسرت اور املا س اس کا کچھ نہیں بگاڑ سکتے۔ 75 سالہ محنت کش سکینہ بی بی

بیٹا آٹھ سال کی عمر میں ایسا گم ہوا کہ اب تک اس کا کہیں پتہ نہیں۔

بیروزگاری کا رونا رونے کے بجائے اگر نوجوان، محنتی، جتو اور صبر کا دامن ہاتھ میں لے لیں تو انہیں ایک نہ ایک دن کامیابی ضرور حاصل ہوگی۔

فروری 2012ء

Hospitality is our tradition



## SANGAM HOTEL



Muzaffarabad Azad Kashmir  
Ph:058810-44094-44194-44195  
45694-45695 Fax:42587

P  
A  
R  
A  
D  
I  
S  
E  
O  
N  
E  
A  
R  
T  
H

لوگ سکینہ بی بی کو ان کی عمر کے لحاظ سے "نانی" کہہ کر مخاطب کرتے ہیں اور وہ اطراف و اکناف کے علاقے میں کافی مشہور ہیں۔ سکینہ بی بی صبح کے وقت ایک اسکول میں صفائی کا کام کرتی ہیں اور شام کو بچوں کی اشیاء فروخت کرتی ہیں۔

ہم نے جب سکینہ بی بی کی اس عمر میں سخت محنت پر بات کرنا چاہی تو وہ پہلے راضی نہ ہوئیں، پولیس "بیٹا میرے جیسے بہت سے لوگ محنت مزدوری کر کے اپنا اور اپنے بچوں کا پیٹ پال رہے ہیں تو مجھ میں کیا خاص بات ہے جو آپ مجھ سے بات کرنا چاہتے ہیں۔"

لیکن ہمارے بے حد اصرار پر سکینہ بی بی اپنی روداد سنانے پر آمادہ ہوئی گئیں۔

ہمارا پہلا سوال سکینہ بی بی سے یہ تھا کہ...

"آپ کو بچوں کی اشیاء فروخت کرنے کا خیال کیوں کر آیا...؟"

ہمارے سوال پر سکینہ بی بی اپنی چھوٹی سی دکان میں رکھی اشیاء کو بغور دیکھتے ہوئے پولیس:

"اللہ تعالیٰ نے اچھی شکل و صورت سے نوازا تھا، مگر غربت کی وجہ سے تعلیم حاصل نہ کر پائی، حالانکہ مجھے کتابیں پڑھنے کا بہت شوق تھا۔ جب عمر تیس سال ہوئی تو ایک رکتھ ڈرائیور کمال الدین سے میری شادی ہو گئی۔ کمال الدین عمر میں مجھ سے دس سال بڑا تھا۔ میں نے اپنی عمر کی لڑکیوں کی طرح اپنے شریک حیات کے بارے میں بہت بڑے بڑے تصورات ذہن میں بٹھالیے تھے کہ میرا شوہر انتہائی خوبصورت، ونبیہہ اور دولت مند ہوگا۔ اس کا ایک عالی شان بنگلہ ہوگا اور اس بنگلے میں، میں راج کیا کروں گی.... غربت میں خواب تو دیکھے جاسکتے ہیں مگر ان کی تعبیر انسان کے ہاتھ میں نہیں ہوتی۔ میں نے بھی مشرقی عورت کی طرح کمال الدین کو اپنا نصیب سمجھ کر

ماں، باپ کے فیصلے پر سر تسلیم خم کر دیا۔ یوں میں کمال الدین کے چھوٹے سے ایشیائے میں دہلی بن کر آ گئی۔ کمال دل کے بہت اچھے تھے، میرا بہت خیال رکھتے، انہوں نے اتنی محبت دی کہ میں کسی شہزادہ کے تصور سے نکل کر کمال الدین کی حقیقی محبت میں کھو گئی۔ ایک روز کمال جلد گھر آنے کا کہہ کر گئے مگر شام اور پھر رات آ گئی مگر وہ گھر نہ لوٹے۔ دوسرے دن صبح جب ان کی لاش گھر پہنچی۔ میرے وہ دم و گمان میں بھی نہ تھا کہ کمال الدین اس طرح مجھے اکیلا چھوڑ کر ہمیشہ کے لیے چلے جائیں گے، کمال کو کسی نے تیز دھار آلے سے قتل کر دیا تھا۔ پولیس نے مجھ سے پوچھا کہ کسی سے کمال الدین کی کوئی دشمنی تو نہ تھی۔ میں نے پولیس کو بتایا کہ وہ تو انتہائی ملنسار شخص تھے، لوگوں کے کام آنے والے.... ان کی بھلا کسی سے کیا دشمنی ہو سکتی ہے۔ ہم غریب لوگ کیس کی بیروی نہ کر سکے۔"

"سکینہ بی بی آپ کی اولادیں کتنی ہیں...؟"

ہمارے سوال پر سکینہ بی بی آب دیدہ ہو گئیں۔ اپنے جذبات کو قابو میں رکھتے ہوئے پولیس "میرا ایک بیٹا اور دو بیٹیاں تھیں۔"

بیٹا تو آٹھ سال کی عمر میں ایسا گم ہوا کہ اب تک اس کا کچھ پتہ نہیں کہ وہ زندہ بھی ہے یا مرنے کا ہے۔ میرا دل کہتا ہے کہ ایک روز وہ ضرور آئے گا۔ میں ہر امید پر اس کا جوڑا خود اپنے ہاتھوں سے اس امید پر سیتی ہوں کہ وہ آتے ہی شور مچائے گا۔ اماں نماز میں دیر ہو رہی ہے، جلدی سے کپڑے دو۔"

بینے سے بڑی دو بیٹیاں تھیں بڑے ارمانوں سے ان کی شادیاں کیں۔ دونوں ہی مجھے چھوڑ کر اپنے والد کے پاس چلی گئیں۔

ایک بیٹی زہنگی کے دوران اس دنیا سے کوچ کر گئی۔

دوسری بیٹی جس کے دو بچے ہیں اچانک دل کا دورہ پڑنے سے انتقال کر گئی۔"

"سکینہ بی بی آپ اتنی سخت محنت کرتی ہیں۔ دن کو اسکول کی ملازمت اور شام میں بچوں کی چیزیں فروخت کرتی ہیں۔ کیا آپ کی گزراوقات بہتر ہو جاتی ہے؟"

سکینہ بی بی فوراً بولیں:

"دیکھیے! عمر کی جمع پونجی تو اب ختم ہونے کو ہے۔ اس لیے ضرورتیں بھی محدود ہو گئیں ہیں۔ جو کام سے آمدنی ہوتی ہے اس کا ایک حصہ میں ضرورت مندوں میں تقسیم کر دیتی ہوں۔"

سکینہ بی بی کا گم بہت اور بے روزگاری کا رونارونے والے لوگوں کے بارے میں کہنا ہے کہ "میں خاص طور پر نوجوانوں سے کہنا چاہتی ہوں کہ وہ محنت سے جی نہ چرائیں۔ بڑی سنجیدگی سے علم حاصل کریں تاکہ ملک و

ملت کا نام روشن ہو سکے اور سماج میں انہیں ایک باعزت مقام حاصل ہو۔"

انہوں نے جذباتی انداز میں کہا کہ "میں تو تعلیم حاصل نہ کر سکی مگر میری خواہش تھی کہ بیٹے کو تعلیم دلاؤں مگر وہ بھی کہیں چلا گیا۔"

سکینہ بی بی نا صرف ہمارے نوجوانوں کے لیے بلکہ ان ضعیف العز حشرات کے لیے بھی ایک مثال ہیں جو ریٹائرڈ ہونے کے بعد مصروف نہیں ہیں۔ انسان کو مصروف رہنا چاہیے کیونکہ بیکاری اور بے روزگاری انسان کو کاہل اور بیمار بنا دیتی ہے۔

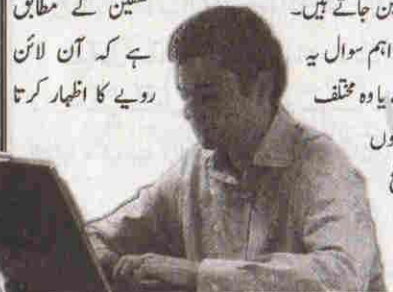
سکینہ بی بی کی ساری زندگی بڑی آزمائشوں سے پر رہی۔ اس کے باوجود انہوں نے ہمت نہیں ہاری بلکہ محنت کو اپنے جینے کا ہتھیار بنایا۔



## فیس بک انسانی دماغ پر اثر انداز

سماجی رابطوں کی ویب سائٹس آج کے دور میں تقریباً ہر دوسرا شخص استعمال کر رہا ہے مگر ایک نئی تحقیق سے یہ بات واضح ہوئی ہے کہ فیس بک اکاؤنٹ میں زیادہ دوست بنانے والوں کے دماغ کم تعلق بنانے والوں کے مقابلے میں مختلف ہوتے ہیں۔ یہ سائنسی تحقیق لندن کالج یونیورسٹی کے زیر تحت کی گئی ہے جس میں معلوم ہوا ہے کہ فیس بک میں بہت زیادہ دوست بنانے والے حقیقی زندگی میں سماجی رابطوں سے گھبراتے ہیں۔

اس تحقیق کے مطابق یہ ویب سائٹس انسانی دماغ کی مختلف سرگرمیوں کو تبدیل کر دیتی ہے اور وہ اپنی سماجی زندگی کے مقابلے میں فیس بک پر بالکل مختلف رویے کے حامل بن جاتے ہیں۔ سماجی رابطے انسانی معاشرے میں ہر جگہ موجود ہوتے ہیں، مگر اہم سوال یہ سماجی نیٹ ورکس پر بھی انسان اپنا حقیقی انداز اختیار کرتا ہے یا وہ مختلف ہے۔ تحقیق میں یہ بات سامنے آئی ہے کہ حقیقی دنیا کے دوستوں کے مقابلے میں زیادہ فیس بک فرینڈز ہونے سے انسانی دماغ کے تین شعبے جن میں چہرے کے تاثرات، چہرے اور نام یاد رکھنے وغیرہ شامل ہیں، تبدیل ہو کر رہ جاتے ہیں۔



پوری نوع انسانی میں ایک باہمی ربط اور تعلق ہے اور یہ ربط اور تعلق انسان کو یقین فراہم کرتا ہے کہ انسان مخلوق ہے، مخلوق سے مراد یہ ہے کہ اس کا کوئی سرپرست ہے جس نے اسے پیدا کیا اور زندگی گزارنے کے لئے وسائل مہیا کئے۔

علمائے دین اور دنیا کے مفکرین کو چاہیے کہ وہ مل کر خالق اور مخلوق کے تعلق کو صحیح طرزوں میں سمجھنے کی کوشش کریں اور اللہ تعالیٰ کے ساتھ قلبی تعلق استوار کرنے کے لئے جدوجہد کریں، یہی وہ یقینی عمل ہے جس سے نوع انسانی کو ایک مرکز پر جمع کیا جاسکتا ہے۔

اس وقت نوع انسانی مستقبل کے خوفناک تصادم کی زد میں ہے۔ دنیا اپنی بقا کی تلاش میں لرز رہی ہے۔ آندھیاں چل رہی ہیں، سمندری طوفان آرہے ہیں، زمین پر موت رقص کر رہی ہے۔

انسانیت کی بقا کے ذرائع توحید باری تعالیٰ کے سوا کسی اور نظام میں نہیں مل سکتے۔

ترجمہ: اے لوگو! اپنے پروردگار کی عبادت کرو جس نے تمہیں اور تم سے پہلے لوگوں کو پیدا کیا تاکہ تم پر بیڑ گا رہن جاؤ۔ جس نے تمہارے لئے زمین کو پھوٹا اور آسمان کو چھت بنایا اور آسمان سے پانی برسا کر تمہارے کھانے کے لئے پھلوں کو نکالا، پس تم اللہ کے ساتھ شریک نہ بناؤ اور تم جانتے تو ہو۔ (سورۃ البقرہ-21-22)

خاتم النبیین حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کی خدمت میں ایک شخص حاضر ہوا اور عرض کیا ”یا رسول اللہ ﷺ! کونسا گناہ اللہ کے نزدیک سب سے بڑا ہے؟“.....

آپ ﷺ نے فرمایا ”یہ کہ تم اللہ کے ساتھ کسی کو شریک کرو حالانکہ تمہیں پیدا کرنے والا اللہ ہے“۔ (صحیح بخاری، کتاب الایمان، جلد اول صفحہ نمبر 180)

اللہ تعالیٰ کو یکتا اور وحدۃ الاشریک ماننا، اللہ کے آخری پیغمبر حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کی رسالت اور ختم نبوت کو زبان اور دل سے قبول کرنا ایک مسلمان کے لئے لازم ہے۔ عقیدہ توحید و رسالت اور ختم نبوت میں گہرا تعلق ہے اور ان عقائد میں سے کسی ایک کو دوسرے سے جدا نہیں کیا جاسکتا۔

از طرف: ایک بندہ خدا

## قرآنی انسائیکلو پیڈیا



فتر آن پاک رشد و ہدایت کا ایسا سرچشمہ ہے جو اب تک ہر دور اور ہر زمانے میں انسان کی رہنمائی کرتا رہے گا۔ یہ ایک مکمل دستور حیات اور ضابطہ زندگی ہے۔ فترآنی تعلیمات انسان کی انفرادی زندگی کو بھی صراط مستقیم دکھاتی ہیں اور معاشرے کو اجتماعی زندگی کے لیے رہنما اصول سے بھی واقف کراتی ہیں۔

### بطء

بطء کے معنی دیر لگانے سستی کرنے، Slowness، Lingering، Delay، Tardiness کے ہیں، لیکن یہ لفظ اس وقت استعمال ہوتا ہے جب کوئی دیر کرنے کا عادی ہو جائے، یعنی جان بوجھ کر دیر لگانا، سستی کرنا کسی کام کو موخر کرنا یا بطء کہلاتا ہے۔ قرآن میں یہ لفظ کیببطئین کی صورت میں صرف ایک مرتبہ آیا ہے، جس کے معنی دوسروں سے دیر لگوانا کے ہیں اور بعض نے اس کے معنی بہت زیادہ سستی کرنے کے بھی لکھے ہیں۔ یعنی خود بھی دیر کرنا اور دوسروں سے بھی دیر کرنا۔

ترجمہ: ”مومنو! (جہاد کے لیے) ہتھیار لے لیا کرو پھر یا تو جماعت جماعت ہو کر نکلا کرو یا سب اکٹھے کوچ کیا کرو۔ اور تم میں کوئی ایسا بھی ہے کہ (عمدا) دیر لگاتا ہے (کیببطئین) پھر اگر تم پر کوئی مصیبت پڑ جائے تو کہتا ہے کہ خدا نے مجھ بڑی مہربانی کی کہ میں ان میں موجود نہ تھا۔ اور اگر خدا تم پر فضل کرے تو اس طرح سے کہ گویا تم میں اس میں دوستی تھی ہی نہیں (افسوس کرتا اور) کہتا ہے کہ کاش میں بھی ان کے ساتھ ہوتا تو مقصد عظیم حاصل کرتا۔“ (سورۃ نساء: 71-73)

اس آیت میں منافقین کا مسلمانوں کے ساتھ جو برتاؤ تھا اس کا ذکر کیا جا رہا ہے کہ مسلمان میدان جہاد کا رخ کریں تو یہ مختلف

حلیوں، بہانوں سے پیچھے رہ جاتے ہیں، اگر میدان جنگ میں مسلمان کو مصیبت یعنی تکلیف و شکست ہو تو بغلیں بجاتے اور اپنے پیچھے رہ جاتے کہ اللہ کا فضل شمار کرتے ہیں اور اگر مسلمانوں کو فتح ہو تو انہیں سناپ سوگھ جاتا ہے، ان کے دلوں میں حسرت و پشیمانی کی آگ سلگنے لگتی ہے کہ انہیں مال غنیمت میں حصہ نہیں ملے گا۔ یہ آیت ان کے ذہنیت کو خوب واضح کر رہی ہے۔ (تفسیر فیض القرآن)

تفسیر ابن کثیر میں ہے کہ ”منافقین کی خصلت ہے کہ خود بھی اللہ تعالیٰ کی راہ سے جی چاہیں اور دوسروں کو بھی بزدل بنائیں، جیسے عبد اللہ بن ابی بن سلول سردار منافقین کا فضل تھا، اللہ تعالیٰ اسے رسوا کرے اس کا کردار یہ تھا کہ اگر حکمت الہیہ سے مسلمانوں کو دشمنوں کے مقابلہ میں کامیابی نہ ہوتی، دشمن ان پر چھا جاتا، انہیں نقصان پہنچاتا، مسلمان شہید ہوتے تو یہ گھر بیٹھا خوشیاں مناتا اور اپنی دانائی پر اکتا اور اپنا اس جہاد میں شریک نہ ہونا اپنے حق میں اللہ تعالیٰ کا انعام قرار دیتا۔ لیکن بے خبریہ نہیں سمجھتا کہ جو اجر و ثواب ان مجاہدین کو ملا اس سب سے یہ بد نصیب یکلفت محروم رہا، اگر یہ بھی ان میں شامل ہو یا تو فغانی کا درجہ جاتا یا اپنے صبر کے ثواب سمیت یا شہادت کے بلند مرتبے تک پہنچ جاتا، اور اگر مسلمان مجاہدین کا اللہ کا فضل معاون ہوتا یعنی یہ دشمنوں پر غالب آجاتے ان کی فتح ہوتی دشمنوں کو انہوں نے پامال کیا اور مال غنیمت لے کر خیر و عافیت اور فتح و نصرت کے ساتھ واپس آتے تو یہ انکار اور پر لوٹنا اور ایسے لمبے لمبے سانس لے کر ہانے وانے کرتا ہے اور اس طرح ہچکچاتا ہے اور ایسے کلمات زبان سے نکالتا، گویا یہ دین تمہارا نہیں بلکہ اس کا دین ہے۔ کہتا افسوس میں ان کے ساتھ نہ تھا، ورنہ مجھے بھی حصہ ملتا اور میں بھی مال و متاع والا بن جاتا... الغرض دنیا پر رنجھا ہوا اور اسی پر مٹا ہوا ہے۔“

\*\*\*

**بَطْرًا**  
بطور کے معنی اترنا اور فخر میں مبتلا ہونے کے ہیں۔ یعنی وہ خصلت جو خوشحالی کے غلط استعمال، حق نعت میں کوتاہی اور نعت کے عمدہ لفظ طور پر صرف کرنے سے انسان کو لاحق ہو، انگریزی میں اس کا ترجمہ to Spoil with good treatment اور Discontentment ہے۔ قرطبی نے اپنی تفسیر میں اس کا ترجمہ طغیان بالنعمة یعنی اللہ کی نعت پر سرکش کرنا لکھا ہے اور تفسیر مظہری کے مطابق بطور کا مطلب اللہ کی نعمتوں کو استعمال کر کے اسے جھٹلانا اور اہتمام کی پرستش کرنا ہے۔

قرآن میں یہ لفظ بطور اور بطوت کی صورت میں دوسرے آیا ہے:

ترجمہ: ”اور ان لوگوں جیسے نہ ہونا جو اترتے (بطورًا) ہوئے (یعنی حق کا مقابلہ کرنے کے لئے) اور لوگوں کو دکھانے کے لئے گھروں سے نکل آئے اور لوگوں کو خدا کی راہ سے روکتے ہیں۔ اور جو اعمال یہ کرتے ہیں خدا ان پر احاطہ کئے ہوئے ہے۔“ (سورہ انفال: 47)

ترجمہ: ”اور ہم نے بہت سی بستیاں کو ہلاک کر ڈالا جو اپنی (فرائی) معیشت میں اترارے (بطوت) تھے سو یہ ان کے مکانات ہیں جو ان کے بعد آبادی نہیں ہوئے مگر بہت کم اور ان کے پیچھے ہم ہی ان کے وارث ہوئے۔“ (سورہ قصص: 58)

قوم نوح، قوم عاد اور قوم ثمود کے متعلق قرآن پاک میں اللہ تعالیٰ فرماتا ہے کہ وہ بڑے زور آور تھے، اتنے قوی و طاقتور تھے کہ پہاڑوں کو کاٹ کر گھر بناتے تھے۔ بڑے بڑے ستون اور اونچی برجیاں (اہرام) تعمیر کرتے تھے، جن کے متعلق سورہ توبہ: 69، سورہ قصص: 78، سورہ روم: 9، سورہ فاطر: 44 اور سورہ مؤمن: 21 میں تذکرہ ہے۔ اسی طرح

فرعون، مردود، قارون، قوم سبا اور بنی اسرائیل بھی فخر میں مبتلا تھے۔ اہل یہود و نصاریٰ نے اللہ کی پابندی اور اس کی تعظیم اور اس کی حالت شکرین مکہ کا تھا۔ ان آیات میں اللہ کا فرود اور منافقوں کو فرود کرنا ہے کہ جو اللہ کے بہت ہی عظیم حاصل کر کے اترارے تھے اور سرکشی اور بڑائی کرتے تھے اور اللہ سے کفر کرتے تھے ہی کا اللہ کرتے تھے اور اللہ کی روزیاں کھاتے تھے اور اس کی ناشکری کرتے تھے۔ انہیں اللہ تعالیٰ نے اس طرح تباہ و برباد کر دیا کہ آج ان کا نام لینا والا نہیں رہا۔ جیسے اور آیت میں ہے، یہاں فرماتا ہے کہ ان کی اجزی ہوئی بستیاں اب تک اجزی پڑی ہیں۔ مگر یہ تم ہی کی آبادی اگرچہ ہو گئی ہو لیکن دیکھو ان کے کھنڈرات سے آج تک وحشت برس رہی ہے۔

\*\*\*

**بَطْشٌ**  
بَطْش کے معنی کوئی چیز پکڑنا، گرفت میں لینا یا زبردستی حاصل کرنا ہے، انگریزی میں اس کا ترجمہ، Grasp، Grip، hold اور seize ہے۔

قرآن میں یہ لفظ بَطْشٌ، بَطْشًا، بَطْشْتُمْ، الْبَطْشَةَ، نَبْطِشٌ، يَبْطِشُونَ اور بَطْشَتْنَا کی صورت میں 10 مرتبہ آیا ہے:

ترجمہ: ”بیشک تمہارے پروردگار کی پکڑ (بَطْشٌ) بہت سخت ہے۔“ (سورہ بروج: 12)

ترجمہ: ”اور ہم نے پہلے لوگوں میں بھی بہت سے پیغمبر بھیجے تھے۔ اور کوئی پیغمبر ان کے پاس نہیں آتا تھا مگر وہ اس سے تمسخر کرتے تھے۔ تو جو ان میں سخت زور والے (بَطْشًا) تھے ان کو ہم نے ہلاک کر دیا اور اگلے لوگوں کی حالت گزر گئی۔“ (سورہ زخرف: 6-8)

ترجمہ: ”اور ہم نے ان سے پہلے کئی امتیں ہلاک کر ڈالیں وہ ان سے قوت (بَطْشًا) میں کہیں بڑھ کر تھے وہ شہروں میں گشت کرنے لگے کہ کیا کہیں بھانے کی جگہ ہے؟ جو شخص دل (آگاہ) رکھتا ہے یا دل سے متوجہ ہو کر سنتا ہے اس کے لئے اس میں نصیحت ہے۔“ (سورہ بقرہ: 36-37)

تفسیر ابن کثیر میں تحریر ہے: ”اس آیت میں اللہ کا ارشاد ہوتا ہے کہ یہ کفار تو کیا چیز ہیں؟ ان سے بہت زیادہ قوت و طاقت اور اسباب تعداد کے لوگوں کو اسی جرم پر ہم نہ وبالا کرچکے ہیں جنہوں نے شہروں میں اپنی یادگاریں چھوڑی ہیں زمین میں خوب فساد کیا۔ لمبے لمبے سفر کرتے تھے ہمارے عذاب دیکھ کر بچنے کی جگہ تلاش کرنے لگے مگر یہ کوشش بالکل بے سود تھی اللہ کی قضاء قدر اور اس کی پکڑ دھکڑ سے کون بچ سکتا تھا؟ پس تم بھی یاد رکھو کہ جس وقت میرا عذاب آیا بغلیں جھانکتے رہ جاؤ گے اور مجوسی کی طرح اڑائے جاؤ گے۔ ہر عقلمند کے لئے اس میں کافی عبرت ہے اگر کوئی ایسا بھی ہو جو سمجھ داری کے ساتھ دھیان لگانے وہ بھی اس میں بہت کچھ پاسکتا ہے یعنی دل کو حاضر کر کے کانوں سے سنے۔“ (تفسیر ابن کثیر)

ترجمہ: ”اور (لوطنے) ان کو ہماری پکڑ (بَطْشَتْنَا) سے ڈرایا بھی تھا مگر انہوں نے ڈرانے میں شک کیا۔ اور ان سے ان کے مہمانوں کو لینا چاہا تو ہم نے انکی آنکھیں مٹا دیں سو (اب) میرے عذاب اور ڈرانے کے مزے چکھو۔ اور ان پر صبح سویرے ہی اٹل عذاب آنازل ہوا“ (سورہ قمر: 36-38)

عبرت کے لیے ان کلمہ بین کی تباہی کی مثالیں پیش آپٹیں اور پہلے مذکور ہو چکیں جو زور و قوت میں تم سے کہیں زیادہ تھے۔ جب وہ اللہ کی پکڑ سے بچ سکے تو تم کا ہے پر مغرور ہوتے ہو۔ آگے اللہ تعالیٰ کی عظمت و قدرت اور کمال تصرف کا

ذکر کرتے ہیں جو ایک حد تک ان کے نزدیک بھی مسلم تھا۔ ۱۶۔ اس سے مراد جنگ بدر کی گرفت بھی ہے، جس میں ستر کافر مارے گئے اور ستر قیدی بنائے گئے۔ دوسری تفسیر کی رو سے یہ سخت گرفت قیامت والے دن ہوگی۔ امام شوکانی فرماتے ہیں کہ یہ اس گرفت خاص کا ذکر ہے جو جنگ بدر میں ہوئی، کیونکہ قریش کے سیاق میں ہی اس کا ذکر ہے، اگرچہ قیامت والے دن بھی اللہ تعالیٰ سخت گرفت فرمائے گا تاہم وہ گرفت عام ہوگی، برنارفرمان اس میں شامل ہو گا۔ ابن عباس کے نزدیک بڑی پکڑ قیامت ہوگی۔ غرض یہ ہے کہ آخرت کا عذاب نہیں ملتا۔

ترجمہ: ”اور جب تم (کسی کو) پکڑتے (بِطَشْتُمْ) ہو تو ظالمانہ پکڑتے (بِطَشْتُمْ) ہو۔“ (سورہ شعر: 130)

ترجمہ: ”جس دن ہم بڑی سخت پکڑ (نَبِطِشُ) پکڑیں (الْبَيْطِشَةَ) گے تو بیشک انتقام لے کر چھوڑیں گے۔“ (سورہ دخان: 16)

ترجمہ: ”(مشرک) جن کو تم خدا کے سوا پکارتے ہو تمہاری طرح کے بندے ہی ہیں (اچھا) تم ان کو پکارو اگر سچے ہو تو چاہئے کہ وہ تم کو جواب بھی دیں۔ بھلا ان کے پاؤں ہیں جن سے چلیں یا ہاتھ ہیں جن سے پکڑیں (بِطِشْتُمْ) یا آنکھیں ہیں جن سے دیکھیں یا کان ہیں جن سے سنیں؟ کہہ دو کہ اپنے شریکوں کو بلاؤ اور میرے بارے میں جو تدبیر کرنی ہو کر لو اور مجھے کچھ مہلت بھی نہ دو پھر دیکھو کہ وہ میرا کیا کر سکتے ہیں۔“ (سورہ اعراف: 194-195)

اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں جن بتوں کو تم نے معبود ٹھہرایا ہے اور خدائی کا حق دیا ہے، وہ تمہارے کام تو کیا آتے، خود اپنی حفاظت پر بھی قادر نہیں اور باوجود مخلوق ہونے کے ان کمالات سے محروم ہیں جن سے کسی مخلوق کو دوسری پر تفوق و امتیاز حاصل ہو سکتا ہے۔ گوان کے ظاہری ہاتھ پاؤں، آنکھ، کان سب کچھ تم بناتے ہو، لیکن ان اعضاء میں وہ قوتیں نہیں جن سے انہیں اعضاء کہا جا سکتے۔ نہ تمہارے پکارنے پر مصنوعی پاؤں سے چل کر آسکتے ہیں، نہ ہاتھوں سے کوئی چیز پکڑ سکتے ہیں، نہ آنکھوں سے دیکھ سکتے ہیں، نہ کانوں سے کوئی بات سنتے ہیں۔ اگر پکارتے پکارتے تمہارا گلا چھٹ جائے گا تب بھی وہ تمہاری آواز سننے والے اور اس پر چلنے والے یا اس کا جواب دینے والے نہیں۔ تم ان کے سامنے چلاؤ یا خاموش رہو، دونوں حالتیں یکساں ہیں۔ نہ اس سے فائدہ نہ اس سے نفع، تعجب ہے کہ جو چیزیں مملوک و مخلوق ہونے میں تم ہی جیسی عاجز و درماندہ بلکہ وجود و کمالات وجود میں تم سے بھی گئی گزری ہوں انہیں خدا بنا لیا جائے اور جو اس کا رد کرے اسے نقصان پہنچانے کی دھمکیاں دی جائیں۔ چنانچہ مشرکین کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کو کہتے تھے کہ آپ ہمارے بتوں کی بے ادبی کرنا چھوڑ دیں ورنہ نامعلوم وہ کیا آفت نازل کر دیں۔ جیسا کہ آیت ”اور یہ تم کو ان لوگوں سے جو اس کے سوا ہیں (یعنی خدا سے) ڈراتے ہیں اور جس کو خدا گمراہ کرے اسے کوئی ہدایت دینے والا نہیں“ (سورہ زمر، آیت: 36) میں ہے اور اسی کا جواب اگلی آیت (کہہ دو کہ اپنے شریکوں کو بلاؤ اور میرے بارے میں جو تدبیر کرنی ہو کر لو اور مجھے کچھ مہلت بھی نہ دو پھر دیکھو کہ وہ میرا کیا کر سکتے ہیں۔) سے دیا۔ یعنی تم اپنے سب شرکاء کو پکارو اور میرے خلاف اپنے سب منصوبے اور تدبیروں پوری کر لو، پھر مجھ کو ایک منٹ کی مہلت بھی نہ دو۔ دیکھو تم میرا کیا لگاؤ سکو گے۔

## روحانی سوال و جواب

ان صفحات پر روحانی سائنس سے متعلق آپ کے سوالوں کے جوابات محقق نظریہ رنگ و نور اشیح خواجہ شمس الدین میاں پیش کرتے ہیں۔ اپنے سوالات ایک سطر چھوڑ کر صفحے کے ایک جانب خوشخط تحریر کر کے درج ذیل پتے پر ارسال فرمائیں۔ برائے مہربانی جوانی لغافہ ارسال نہ کریں کیونکہ روحانی سوالات کے براہ راست جوابات نہیں دیے جاتے۔ سوال کے ساتھ اپنا نام اور مکمل پتہ ضرور تحریر کریں۔

روحانی سوال و جواب - 1-D, 1/7، ناظم آباد - کراچی 74600

**سوال:** میں نے نفسیات کی کتاب میں ایک ماہر نفسیات فلاطینوس کا ”روح“ کے متعلق ایک نظریہ پڑھا تھا کہ ”روح، عقل اور مادہ خدا کی ذات سے بتدریج ظہور میں آیا ہے۔“ وہ خدا کی ذات کو سب سے ارفع و اعلیٰ قرار دیتا ہے، اس کے بعد وہ عقل کو دوسرا درجہ اور روح کو تیسرا درجہ دیتا ہے۔ اس نے روح اور انسانی روح میں فرق بیان کیا ہے۔ اس کے نزدیک انسانی روح، روح سے نکلتی ہے۔ اس کے خیال میں جب انسانی روح مادے کی طرف مائل ہوتی ہے تو وہ اپنے اصل مقام سے نیچے گر جاتی ہے۔

ازراہ کرم وضاحت فرمائیں کہ روح کا اصل مقام کیا ہے....؟

اور اس کا کیا مطلب ہے کہ روح، روح سے نکلتی ہے۔

کیا واقعی انسانی روح اور روح دو مختلف چیزیں ہیں۔

نیز یہ بھی بتائیں کہ روح، عقل اور مادہ کی یہ درجہ بندی درست ہے یا نہیں....؟

(فوزیہ بٹ۔ لاہور)

**جواب:** زندگی کا تعارف خود و خال اور نقش و نگار کے بغیر ممکن نہیں ہے۔ زندگی کا ایک حصہ خود و خال اور نقش و نگار پر مشتمل ہے اور دوسرا حصہ وہ بساط ہے جس پر نقش و نگار چھپ رہے ہیں۔ یہ دونوں رُخ کبھی ایک دوسرے سے جدا نہیں ہوتے۔ جب ہم کسی بھی شے کا تذکرہ کرتے ہیں تو ہمارے ذہن میں دو رُخ آتے ہیں۔ ایک رُخ رُوح اور دوسرا جسم! ایک رُخ آنکھوں کے سامنے رہتا ہے اور دوسرا رُخ آنکھوں سے اوچھل رہتا ہے۔ وہ رُخ جو آنکھوں کے



اس ماہ کے مضمین حسین همفر، دستار کی پرومٹار دعوت ولس، عظیم سالار، مشران اور گفتگو، بی جالو، کنشاسات کی زبان، سینکڑوں سال پرانا مسئلہ، شعور اور زندگی، حیاتیاتی تجربہ، شیلی پستی کیجیے، قلندر شعور، روح کبانی، زمین اور زندگی، ریاضاتی سائنس، درگزر کرنا سیکھیے، جبکہ سلسلہ وار اور قطار مضمین حسین لورالٹی، فور نیوت، آواز دوست، تاثرات، کواکب اور انسان، تشریح کون و قلم، خواب اور ان کی تعبیر، مفضل مسراقب، آپ کے مسائل، تلاش، اعداد کے تحمیل، کم سن عباد، مسلمانوں کے سائنسی کارنامے شامل اشاعت تھے۔ اس ماہ کی منتخب تحریروں "درگزر کرنا سیکھیے" "انتہا زمین کے ذوق مطالعہ کی نذر کی جا رہی ہے۔"

سامنے ہے اور جس میں ہم نقش و نگار اور خدوخال کا بڑھنا گھٹنا دیکھتے ہیں، سب کا سب مکان (SPACE) ہے اور جس خلا میں یہ خدوخال گھٹ رہے ہیں اور بڑھ رہے ہیں اور جو آنکھوں سے اوجھل ہے وہ زمان (TIME) ہے۔ جب ہم زمان کا تذکرہ کرتے ہیں تو ساری کائنات زمانیت میں ایک دوسرے کے ساتھ ہم رشتہ ہے اور جب ہم مکانیت کا تذکرہ کرتے ہیں تو کائنات نوعی اعتبار سے اور انفرادی اعتبار سے الگ الگ ہے۔

ہم بھیڑ، بکری، بندر، چوہا، کتا، ہاتھی، لوہا، درخت، پہاڑ اور انسان کی زندگی کا تذکرہ کرتے ہیں تو زندگی اور انہی سب میں مشترک ہے۔

جب ہم نوعی اعتبار سے کائنات کا تذکرہ کرتے ہیں یا SPACE کی حدود کا تذکرہ کرتے ہیں تو انسان، ہاتھی، درخت، پتھر سب الگ الگ خدوخال میں نظر آتے ہیں۔

کائنات میں یا افراد کائنات میں تعارف کے لیے جو روشنی ذریعہ بن رہی ہے، وہ ازل سے ایک ہی طرز پر قائم ہے۔ کائنات کے تمام افراد کی روح ایک ہے لیکن جسمانی خدوخال الگ الگ ہیں۔ جہاں روح ایک ہے وہاں ہر شے میں اشتراک ہے مثلاً بھوک، بکری کو بھی لگتی ہے، بھوک انسان کو بھی لگتی ہے اور بھوک کبوتر کو بھی لگتی ہے۔ بھوک کا لگنا زمانیت ہے لیکن انفرادی طور پر جب خدوخال مکانیت بنتے ہیں تو غذا الگ الگ ہوجاتی ہے۔ بھوک لگنا زمانیت پر قائم ہے اور بھوک کو مختلف چیزوں سے رفع کرنا اسپیس یا مکانیت ہے۔

اس بات کو پختہ کیجیے.....!

جب کائنات میں خدوخال ظاہر ہوتے ہیں تو زمان پر دے میں چلا جاتا ہے اور جب کائنات کے اندر موجودات کی تصویریں خدوخال سے ماوراء ہوجاتی ہیں تو مکان، زمان میں پیوست ہو جاتا ہے۔ کائنات زمانیت میں ظاہر ہوتی ہے تو اسے نزولی حرکت کہا جاتا ہے اور جب مکانیت میں چلی جاتی ہے تو اسے صعودی حرکت کہا جاتا ہے۔ نزول و صعود کا پورا سلسلہ لوح محفوظ پر نقش ہے۔

زندگی کی وہ حرکت جس میں گوشت پوست کی حرکت شامل ہے، نزولی کیفیات پر مشتمل ہے اور وہ حرکت جو جسمانی خدوخال اور گوشت پوست سے مبرا ہو کر متحرک ہے، صعودی حرکت یا صعودی زندگی ہے۔

قصہ مختصر یہ کہ تمام مخلوق ظہور میں آنے سے پہلے اللہ کے ارادے میں جس طرح محفوظ تھی، اب بھی اسی طرح محفوظ ہے۔ جہاں یہ محفوظ ہے اس کو "لوح محفوظ" کہا جاتا ہے۔ اب ہم یوں کہیں گے کہ دنیا میں جو کچھ ہو رہا ہے وہ سب دراصل لوح محفوظ کا عکس ہے یعنی لوح محفوظ اصل ہے اور اس اصل کا عکس ساری کائنات ہے۔ یہی وجہ ہے کہ کسی نوع کی شکل و صورت ہمیشہ سے یکساں ہے۔ اربوں کھربوں سال گزرنے کے بعد بکری بکری ہے، بندر بندر ہے، شیر شیر ہے اور انسان انسان ہی ہے۔ کبھی ایسا نہیں ہوا کہ زمانے کے انقلاب کے ساتھ یا حالات کی تبدیلی کی بنا پر انسان بکری بن جائے اور بکری انسان کا روپ دھارے۔ بکری ہمیشہ بکری رہتی ہے۔ انسان ہمیشہ انسان رہتا ہے۔ بکری دراصل لوح محفوظ میں موجود بکری کا عکس ہے۔ اسی طرح جنات، انسان، فرشتے سب چیزیں اپنی اپنی اصولوں پر قائم ہیں اور ہر نوع اپنی اصل کا عکس ہے۔



اس جدید عہد میں جبکہ جم و جان کے مسائل بہت بڑھ گئے ہیں اور انسان کے لیے انسان ہونا بھی میسر نہیں، ان حالات میں ہم کس طرح روحانیت کی منزل پر پہنچ سکتے ہیں اور

# درگزر کرنا سیکھیے

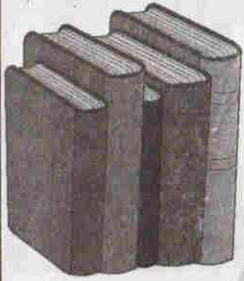
کس طرح ذہنی اور قلبی سکون حاصل کر سکتے ہیں۔  
 خدائی درگزر کرنے پر چل رہی ہے ورنہ ہمارے اعمال ایسے ہیں کہ ہم کو فوری طور پر بہت بڑی سزا ملنی چاہیے لیکن کیونکہ عفو اور درگزر کرنے کا دروازہ آغا مسعود حسین  
 آئے ہیں آپ کو بتلاتا ہوں۔  
 درگزر کرنا اور معاف کر دینا خداوند کریم کے اعلیٰ درست کرنے کا بھی مسلسل موقع مل رہا ہے۔ درگزر

یہ دنیا اور زندگی عمل اور رد عمل کے لافانی رشتے سے جڑی ہوئی ہے جس کا سر اللہ کے ہاتھ میں ہے ہم اس سرے تک درگزر کرنے کے عمل سے بچھٹ سکتے ہیں اور اس کا قرب حاصل کر سکتے ہیں۔



## علمی تعاون کیجیے.....

روحانی ڈائجسٹ سیدنا حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام



کے روحانی مشن کی ترویج و اشاعت میں سرگرم عمل ہے، اس مشن میں ہمارے معزز

قارئین کرام بھی شامل ہو سکتے ہیں۔ آپ کے پسندیدہ رسالہ کو مزید بہتر بنانے کے لیے کثیر تعداد میں کتب اور علمی مواد کی شدید ضرورت ہے۔ کسی بھی موضوع، عنوان پر اردو یا انگریزی زبان میں نئی اور پرانی کتابیں ارسال کی جاسکتی ہیں۔ آپ کے اس تعاون کو ہم شکریہ اور محبت کے ساتھ قبول کریں گے۔ آپ کی یا آپ کے متعلقین کی منتخب کردہ ان کتابوں کا عطیہ ایک علمی اور قلبی جہاد کی حیثیت رکھتا ہے جس کا اجر عظیم آپ کو اس وقت تک ملتا رہے گا جب تک ان کتب سے اخذ کیا ہوا علم لوگوں کو فائدہ پہنچاتا رہے گا۔

ایڈیٹر روحانی ڈائجسٹ

1-D-7/1 ناظم آباد۔ کراچی 74600

جانثاروں کا ایک ایسا حلقہ بھی پیدا کیا جو آپ ﷺ کے ساتھ زندہ رہتے اور مرنے کو ہر وقت تیار تھا۔ یاد رکھیے کسی کی بد تمیزی اور بیہودگی کے سامنے خاموش ہو جانا یا پھر اس جگہ سے اٹھ جانا بھی درگزر اور معاف کر دینے کے مترادف ہے۔ اس طرز عمل سے آپ کی روحانی بالیدگی اور اخلاقی بلندی کا پتہ چلتا ہے۔

درگزر کرنے سے آپ کے اندر صبر کی طاقت پیدا ہوتی ہے جو زندگی کا مقابلہ کرنے کا حوصلہ پیدا کرتی ہے۔ صبر مومن کا بہترین بھتیجا ہے۔

جیسا کہ میں نے مندرجہ بالا سطور میں لکھا ہے کہ معاف کرنا اور درگزر کرنا اللہ کی صفتِ اعلیٰ میں سے ایک ہے۔ ہم اس صفت کو اپنی روزمرہ کی زندگی میں اپنا کر اس ذاتِ اعلیٰ سے اپنا COMMUNICATION پیدا کر سکتے ہیں۔

آج کے اس پیچیدہ مگر ترقی یافتہ دور میں بھی اللہ سے رابطہ پیدا کیا جاسکتا ہے۔ اس کا ایک آسان راستہ درگزر کر دینے کا راستہ ہے۔ جو افراد اپنے ساتھیوں، دوستوں، عزیزوں یا جاننے والوں کی طرف سے ہونے والی زیادتیوں کو معاف کر دیتے ہیں وہ خدا کے اس راستے کو اپنالیتے ہیں جس پر چل کر وہ اس کا حقیقی قرب حاصل کر لیتے ہیں اور اس کا قرب حاصل کر لینے کے بعد جو ذہنی و قلبی سکون حاصل ہوتا ہے اس کا مزہ وہی لوگ جانتے ہیں جو اس قرب کو حاصل کر چکے ہیں۔

حقیقت یہ ہے کہ ہم روزمرہ کے اچھے طرز عمل سے اللہ کی خوشنودی حاصل کر سکتے ہیں اس کے بندوں کے ساتھ نیکی کا برتاؤ اور ان کی کمزوریوں کو نظر انداز کرنا بھی درگزر کے زمرے میں آتا ہے۔

جو لوگ اس دنیا میں کسی کو معاف کر دیتے ہیں اللہ اس کے لیے اسی دنیا میں ہزاروں آسانیاں پیدا کرتا ہے۔

فوری سہولت

سے کسی بات پر تعلق شروع ہو جائے تو فوراً یہ سوچنا شروع کر دیں کہ آخر وہ کیوں ناراض ہو رہا ہے۔ شاید وہ رات بھر نہیں سو سکا ہے یا پھر کسی معاشی پریشانی میں مبتلا ہے یا پھر وہ ٹھیک سے کام نہیں کر پا رہا ہے۔ جب مخالف سے متعلق آپ کے ذہن میں یہ خیالات آئیں گے تو آپ کے جذبات ٹھنڈے پڑ جائیں گے اور آپ عقل کی روشنی میں معاملات کو سمجھتے ہوئے اسے معاف کر دیں گے۔

یہی انداز فکر روحانی، قلبی و ذہنی سکون حاصل کرنے کی پہلی منزل ہے۔ اس طرز عمل کو اپنا کر ہم سارے معاشرے کو بہتر بنا سکتے ہیں یا کم از کم قتل و غارت گری کو ختم کر سکتے ہیں۔

اسلام نے غصہ کو حرام قرار دیا ہے۔ کیونکہ غصہ میں عقل معطل ہو جاتی ہے اور خون میں دباؤ کے ساتھ فاسد مادے بڑھ جاتے ہیں، جس کی وجہ سے ہم بہت بھیانک فعل انجام دے دیتے ہیں جو اپنے اور خاندان کے لیے شرمندگی کا باعث ہوتا ہے۔ ہمیں اپنے پورے طرز عمل کو معاف کر دینے اور درگزر کرنے پر استوار کرنا چاہیے۔ اس طرح ہم آہستہ آہستہ روحانیت کی وہ منزل حاصل کر سکیں گے جو بعض افراد طویل اور سخت عبادت کے بعد حاصل کرتے ہیں۔

درگزر کرنا بہت ہی بڑی بات ہے یہ سزا آہستہ پیدا ہوتی ہے اور اس کے لیے سخت ریاضت کی ضرورت ہے۔ حقیقت میں وہی آدمی تاریخ ساز کردار ادا کرتے ہیں جو معاملات کو درگزر کرتے ہوئے اپنی منزل کو حاصل کرنے کے لیے ہمہ تن مصروف ہو کر آگے بڑھتے رہتے ہیں۔

ہمارے آقا و مولا پیغمبرِ آخر الزماں حضور نبی کریم ﷺ نے دشمنوں کے غلط طرز عمل کو معاف کر کے ناصرف ان کے دل جیت لیے بلکہ اپنے گرد

کرنے یا معاف کر دینے سے انسان کو روحانی اور قلبی سکون ملتا ہے اور یہی روحانی اور قلبی سکون روحانیت کی پہلی منزل ہے۔

ایسا وقت دیکھا گیا ہے کہ ہم معمولی معمولی باتوں پر لڑ پڑتے ہیں۔ گھر میں ہونے والی لڑائی، گھر کے ماحول کو پرانگندہ کرتی ہے جبکہ باہر ہونے والی لڑائی خون خرابے پر منتج ہوتی ہے۔ حالانکہ اگر ٹھنڈے دل سے غور کیا جائے تو لڑائی کی وجہ ناصرف معمولی بات ہوتی ہے بلکہ مضحکہ خیز بھی۔ اگر ہم اپنے مخالف فریق کو معاف کر دیں اور معاملے کو درگزر کر دیں تو آپ یقین جانیے کہ چند سیکنڈ بعد آپ ایک گہرا قلبی اور روحانی سکون محسوس کریں گے۔

آپ نے معاف کر کے ناصرف ایک بڑی کشیدگی کو ختم کر دیا ہے بلکہ اس جھنجھلاہٹ سے بھی نجات حاصل کر لی ہے جو آپ کے مخالف فریق کی باتوں یا طرز عمل سے آپ کے قلب پر گزر رہی تھی۔ اس طرح درگزر کر کے آپ نے ناصرف اپنے مخالف پر اپنی اخلاقی بلندی کا مسکہ جما دیا بلکہ اس کو اپنا گرویدہ بھی بنا لیا اور ماحول میں کشیدگی بھی ختم کر دی۔

دراصل آج کا انسان معمولی معمولی باتوں پر جھگڑا کر کے ناصرف اپنا ذہنی و قلبی سکون برباد کر رہا ہے بلکہ اپنے ماحول کو بھی اپنی جان کے لیے تنگ کر رہا ہے۔ کراچی یا پھر پاکستان کے دیگر شہروں میں آنے دن قتل و غارت گری کے واقعات کے پیچھے بہت ہی معمولی باتیں ہوتی ہیں جن کو ہم درگزر کر کے ختم کر سکتے ہیں۔ لیکن کیونکہ اس عہد میں انسان نے جذبات کو عقل پر حاوی کر لیا ہے اس لیے وہ ناصرف خسارہ میں ہے بلکہ اس کا عرصہ حیات بھی تنگ ہوتا جا رہا ہے۔

بھڑکے ہوئے جذبات پر درگزر کرنے کے مثبت خیالات سے قابو پایا جاسکتا ہے، جس وقت فریق مخالف



اولیاء اللہ کی سرزمین ملتان!

تاریخی و ثقافتی روایات کا  
حامل شہر ہے۔

تحقیق کے باوجود آج تک

اس شہر کی

قدامت کا پتہ

نہیں چل سکا،

لیکن اس حقیقت

سے انکار نہیں کہ اس کا

شہر پاکستان کے

صدیوں پرانے قدیم

ترین شہروں میں ہوتا ہے۔ یہ

شہر کئی بار اجاز اور کئی بار بسایا گیا۔

یورپی سیاح چارلس ماسن نے

یہ ہے پاکستان

ملتان کے قدیم بازار...

تنگی دہاں کا احساس اب بھی ہوتا ہے تاہم رونق کے لحاظ سے آج صورتحال اس کے برعکس نظر آتی ہے۔ بازار کشادہ ہونے کے ساتھ ساتھ پُرونق بھی ہو چکے ہیں اور یہاں کی روایتی تہذیب کی مکمل عکاسی کرتے ہیں۔ صبح سے شام تک ان بازاروں میں خریداروں کا ایک جھوم رہتا ہے جسے دیکھ کر ایسا محسوس ہوتا ہے جیسے یہ بازار آج ہی خالی ہو جائیں گے اور اگلے دن کے لیے نیامال بازار میں لانا پڑے گا۔ ماضی میں بازار کی مرکزیت کا جو تصور تھا وہ آج ختم ہو چکا ہے کیونکہ اب ہر گلی محلے میں بازار بن چکے ہیں

1827ء میں ملتان کا دو مرتبہ دورہ کیا اور 1858ء میں لندن میں شائع ہونے والے اپنی کتاب میں وہ رقمطراز ہے: ”ملتان کے بازار کشادہ، مگر اس کی گلیاں بہت تنگ ہیں۔ یہاں وہ گہما گہمی بھی نہیں جو ایک بڑے تجارتی شہر کا حصہ ہوتی ہے۔“

یورپی سیاح نے کئی روز ملتان میں رہ کر یہاں کے بارے میں بہت سی معلومات اکٹھی کیں اور واپس جا کر انہیں سفر نامے کی شکل دی۔ یورپی سیاح کے اس تحریر سے ملتان کے بازاروں کی قدامت کا پتہ چلتا ہے۔ اگرچہ



فروری ۲۰۱۲ء

امریکن مارکیٹ میں

اپنے کاروبار کے فروغ کیلئے

ایک بہترین ذریعہ

ہفت روزہ

نیوز پاکستان

امریکہ کا سب سے زیادہ پڑھا جانے والا اردو اخبار

Weekly

NEWS PAKISTAN

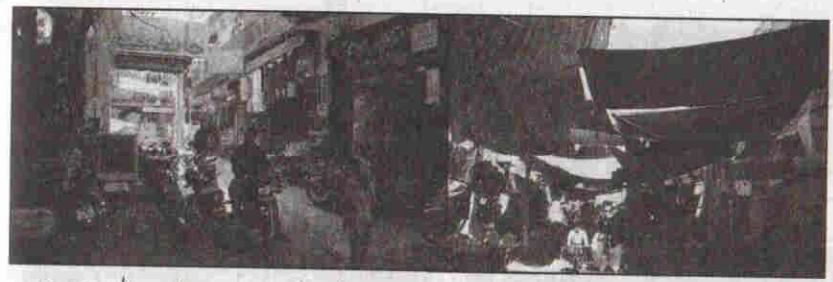
Contact:

Ph: 718-558-6080 Fax: 718-558-6079

Email: newspakistan@aol.com

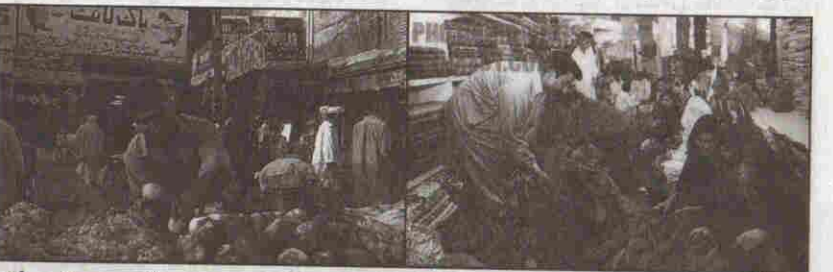
248-04 Hookcreek Blvd, Rosedale, New York-11422 USA





جہاں اشیائے ضرورت وافر مقدار میں دستیاب ہوتی ہیں۔ آبادی بڑھنے کے ساتھ ساتھ شہر بھی پھیل رہا ہے۔ نئی نئی کالونیاں آباد ہو رہی ہیں۔ اگرچہ ان علاقوں میں نئی مارکیٹیں بھی قائم ہیں لیکن ملتان کے قدیم بازار ”چوک بازار“ کی رونق آج بھی وہی ہے جو ماضی میں اس کا حصہ تھی۔ سرکلر روڈ پر جتنے بھی معروف تجارتی دروازے ہیں ہر دروازے کے اندر ایک بازار آباد ہے اور ہر بازار ایک دوسرے کے ساتھ انگوٹھی میں گھیننے کی طرح جڑا ہوا ہے۔ مثلاً بوہڑ دروازے سے داخل ہوں تو یہ بازار کالے منڈی بازار پر جا کر اختتام پذیر ہوتا ہے۔

ادھر سے حرم گیٹ بازار کی جانب آئیں تو یہ بازار بھی کالے منڈی چوک پر جا ملتا ہے، جو آگے تھانہ کپ بازار تک جا پہنچتا ہے۔ اس طرح پاک گیٹ سے داخل ہوتے ہی صرف بازار شروع ہو جاتا ہے۔ یہ بازار بھی تھانہ کپ بازار جا کر ختم ہوتا ہے۔ دہلی گیٹ سے داخل ہوں تو تیل کپڑی بازار سے ہوتے ہوئے چوک بازار جا نکلتے ہیں۔ اس چوک سے سیدھے ہاتھ چلیں تو حسین آگاہی بازار،

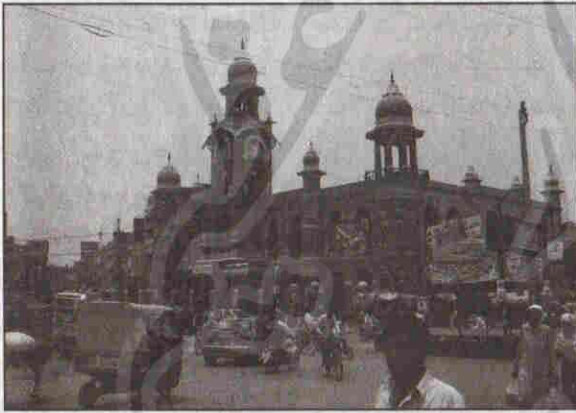


ماہرین آثار قدیمہ کے مطابق پرانے دور میں یہ علاقہ خشکی کا جزیرہ تھا۔ اس کے چاروں جانب موجود فصیلیوں کے باہر دریا بہتا تھا۔ اس لیے ساری آبادی اس علاقہ میں رہنے پر مجبور تھی، یوں اتنی ساری آبادی کے لیے چھوٹے چھوٹے مکان اور چھوٹی چھوٹی گلیاں بنائی گئیں جو اب بازاروں کا روپ اختیار کر چکی ہیں۔

ملتان کا طویل بازار چوک بازار جو چوک حسین آگاہی سے شروع ہو کر مسجد چوک ولی محمد تک تقریباً چار فرلانگ تک محیط ہے۔ مسجد چوک ولی محمد جہاں تاریخی حیثیت رکھتی ہے وہاں دور دراز سے خریداری کے لیے آنے والے یہاں عبادت خدانندی کے

ساتھ ساتھ آرام کرتے ہیں۔ چوک بازار میں کپڑوں کی بڑی بڑی دکانیں، کٹری، جوتے، چادریں، ریڈی میڈ گارمنٹس شاپ موجود ہیں۔ اس بازار کو ملتان کا ”انارکلی بازار“ کہا جاتا ہے۔ بازار اگرچہ کشادہ ہے لیکن خواجہ فروشوں، چھابڑی فروش اور ریڈی والوں نے اس کو تنگ بنا دیا ہے۔ نو بجے صبح سے کھلنے والی دکانوں میں دن بھر خریداروں کا میلہ لگا رہتا ہے اور رات آٹھ بجنے کے بعد ہر طرف دیرانی کا عالم ہو جاتا ہے۔ مسجد ولی محمد کے قریب ہی اندھی کھوٹی اور گلی پتراں والی ہے۔ انتہائی تنگ و تاریک گلیوں پر مشتمل اس بازار میں کپڑے کا تھوک کا کاروبار ہوتا ہے۔ ان تنگ گلیوں میں کپڑوں کی بڑی بڑی دکانیں اور چھوٹی چھوٹی مارکیٹیں

ہیں جہاں لاکھوں کالین دین ہوتا ہے۔ پاکستان کی ہر چھوٹی بڑی مل کا کپڑا یہاں تھوک کے حساب سے فروخت ہوتا ہے۔ مسجد ولی محمد کے قریب سے ہی بازار دو راستوں میں تقسیم ہو جاتا ہے۔ ایک راستہ تھانہ کپ بازار سے ہوتا ہوا کالے منڈی بازار جا نکلتا ہے جبکہ دوسری طرف صرف بازار شروع ہو جاتا ہے۔ تھانہ کپ بازار میں ہوزری کی تھوک کی دکانیں، چھری کائٹوں کا کاروبار رہتا ہے۔ تھانہ کپ کے سامنے بے شمار کھوکھے ہیں جہاں ٹین کے بنے ہوئے صندوق اور دیگر سامان فروخت ہوتا ہے۔ اسی بازار میں ”خواتین کے لیے پراندے اور میک اپ کا سامان فروخت ہوتا ہے۔“



سا آگے چلیں تو صرف بازار شروع ہو جاتا ہے۔ پاک گیٹ تک ساروں کی دکانیں نظر آتی ہیں۔ بڑے بڑے شوکیسوں میں سونے چاندی کے زیورات مختلف ڈیزائنوں میں خوبصورتی سے سجے ہوئے ہیں۔ اس بازار میں روحانی پیشوا حضرت موسیٰ پاک گیلانی کا مزار مبارک ہے۔ راستہ تنگ ہونے کی وجہ سے آمدورفت میں لوگوں کو کافی وقت پیش آتا ہے۔ کالے منڈی بازار کا نام سن کر ذہن میں عجیب و غریب تصور ابھرتا ہے۔ اس بازار کی بھی ایسی انوکھی داستان ہے۔ کسی زمانے میں یہاں ایک مجذوب بزرگ حضرت قبال شاہؒ ہوا کرتے تھے۔ ایک مرتبہ ملتان شہر میں



# عالمی امور

احسن عظیم محامد

عورتیں عوامی مقامات پر مردوں سے الگ رہیں: قدامت پسند یہودیوں کی مہم

اسرائیل کے علاقے بیت الشمش میں قدامت پسند یہودیوں نے عوامی مقامات پر مردوں اور عورتوں کو الگ کرنے کی مہم شروع کی ہے۔ گزشتہ 26 دسمبر 2011ء کو پولیس اور آرمڈ فورسز یہودیوں

میں جھڑپیں ہوئیں، کئی مظاہرین کو حراست میں لے لیا گیا۔ ان یہودیوں نے مہم شروع کی ہے کہ عورتیں بسوں میں مردوں سے علیحدہ عتبی نشستوں پر بیٹھیں،

اسرائیلی اخبار کے مطابق بسوں میں عتبی نشستوں پر بیٹھنے سے انکار پر خواتین پر حملے کیے گئے۔ وزارت صحت کی تقریب تقسیم اسناد میں خواتین کی شمولیت پر پابندی اور فوج کے اہم عہدوں پر خواتین کی تعیناتی سے گریز کیا جا رہا ہے۔

جاپانی سائنسدانوں نے نیلا گلاب آگالیا

نیلے گلاب کا تذکرہ کہانیوں اور شاعری میں تو کافی عرصے سے ہوتا آ رہا

## دلچسپ خبریں، حیرت انگیز واقعات اور ایجادات

رکھا گیا ہے، جس کی ایک ٹینیس کی قیمت پچیس سے تیس ڈالر تک ہے۔ گو اس گلاب کارنگ مکمل نیلا نہیں اور جامنی سے زیادہ قریب محسوس ہوتا ہے تاہم یہ سائنسدانوں کی ابھی تک کی سب سے کامیاب کوشش ہے۔



کیلیفورنیا: ذہن کو بڑھانے والی مشین سائنسدان اس تحقیق میں مصروف ہیں کہ کسی طرح انسانی ذہن کو کمپیوٹر سے منسلک کر دیا جائے جیسے

ہے، تاہم جاپانی سائنسدان اس تصوراتی گلاب کو حقیقت کاروبار دینے میں کامیاب ہو گئے ہیں۔ جاپانی سائنسدانوں نے بالآخر طویل تحقیق اور تجربے کے بعد دنیا کا پہلا نیلا گلاب آگالیا ہے، جسے امریکہ اور



کینیڈا میں فروخت کے لیے پیش کر دیا گیا ہے۔ چینیاتی روڈ بدل کے ذریعے پیدا کیے گئے اس گلاب کا نام Applause

دکانداروں نے اپنا قبضہ جما رکھا ہے، رہی سہی کسر "فٹ تھپے" پوری کر دیتے ہیں جس کی وجہ سے راہگیروں کو بڑی مشکلات پیش آتی ہیں۔ علاوہ ازیں دن بھر فلی گانے اس قدر اونچی آواز میں بجائے جاتے ہیں کہ کان پڑی آواز سنائی نہیں دیتی۔ چنگ ہچی اور ریڑھیوں والے ٹریفک میں رکاوٹ کا باعث بنتے ہیں۔ اگرچہ مقامی انتظامیہ نے ٹریفک کا دباؤ کم کرنے کے لیے اس سڑک کو دن وے بنا دیا ہے اس کے باوجود ٹریفک گھنٹوں بلاک رہتی ہے۔

الیکٹروکس کی مارکیٹ کے درمیان ہی ایک ایسا بازار ہے جو غریب اور متوسط طبقے کے لیے تو "پلازہ" کا درجہ رکھتا ہے۔ لیکن عرف عام اسے لنڈا بازار کہا جاتا ہے۔ دن بھر یہاں غریب لوگ اپنی غربت چھپانے اور خریداری کرنے آتے ہیں۔ فٹ پاتھوں پر بیکنڈ بیٹھ کپڑوں کے علاوہ جوتوں کا کاروبار بھی جاری رہتا ہے۔ لنڈے کی یہ دکانیں جو کسی دور میں سفید پوش طبقے کا بھرم رکھتی تھیں آج کل بعض امراء کا اسٹیشن برقرار رکھنے کے لیے بھی بڑی اہمیت اختیار کر گئی ہیں، علاوہ ازیں بوہڑ گیٹ بازار پنکھوں، برتھوں، اکبر روڈ پر لوہے کا سلمان، حرم گیٹ کے باہر ٹوٹوں والے ہار، چوک گھنڈ گھر میں ادویات، تعلق روڈ پر جوتوں اور وہلی گیٹ بازار میں سزیوں اور پھولوں کا کاروبار عروج پر رہتا ہے۔ ممتاز آباد، گلگت کالونی، نیولمان، شاہ کن عالم، پرانی شجاع آباد روڈ پر موجود مارکیٹیں "مٹی بازار" کا کردار ادا کرتی ہیں۔ اس لیے حسین آگاہی بازار میں زیادہ ملتان سے باہر کے لوگ خریداری کرنے کے لیے آتے ہیں۔ مقامی لوگ مٹی بازاروں سے اپنی خریداری کر لیتے ہیں۔ گلگت کالونی میں بازاروں اور پلازوں نے اس قدر ترقی کر لی ہے اب تو یہاں بھی رات گئے تک کی گہما گہمی دیکھ کر صدر بازار ملتان کینٹ کا احساس ہوتا ہے۔



زبردست قطعہ پڑ گیا۔ لوگ دانے دانے کو ترسنے لگے۔ حضرت قال شاہ کو اناج کی ایک بوری کہیں سے ہاتھ آگئی۔ آپ کو ہدایت ہوئی کہ اس بوری پر بیٹھ کر اناج کو تقسیم کرتے رہو۔ چنانچہ آپ سات روز تک لوگوں میں اناج ناسننے رہے مگر بوری ختم نہ ہوئی۔ رفتہ رفتہ قطعہ ختم ہو گیا تو یہ جگہ قال منڈی سے گجرا کر کالے منڈی کہلائی گئی اور اب یہ مشہور کاروبار کی مرکز ہے۔ حضرت قال شاہ کا مزار مبارک بھی یہاں موجود ہے۔ اس بازار کی رونق لاہور کے رنگ محل سے کم نہیں۔ روزمرہ ضرورت کی ہر چیز دستیاب ہوتی ہے۔ کالے منڈی بازار کی ایک تنگ گلی میں چوڑی بازار ہے جہاں خواتین چوڑیوں کی خریداری کرنے آتی ہیں۔ کالے منڈی سے آگے بوہڑ گیٹ شروع ہو جاتا ہے۔ اسے بعض لوگ ملتان کا اردو بازار بھی کہتے ہیں۔ بوہڑ گیٹ تک پہنچنے پہنچنے بازار مختلف رنگوں میں سامنے آتا ہے۔ آغاز میں روشنی کپڑوں کے علاوہ کتابوں کی بڑی بڑی دکانیں ہیں۔ جن لوگوں نے گڑ منڈی نہیں دیکھی، ان کے ذہن میں یہ بات ہوگی کہ اس منڈی میں گڑ فروخت ہوتا ہوگا۔ حالانکہ اس بازار کی صورت حال اس کے برعکس ہے۔ گڑ منڈی کے باہر کھوکھوں پر پان کے پتے تھوک میں جکتے ہیں۔ گڑ منڈی کے اندر بچوں کی ٹافیاں اور بسکٹ کے علاوہ آشپز کی کاسلمان فروخت ہوتا ہے۔ سرکلر روڈ پر واقع حسین آگاہی بازار کا اختتام لوہاری گیٹ پر ہوتا ہے۔ اس بازار میں الیکٹروکس کی منگنی اشیاء فروخت ہوتی ہیں۔ ہر دکان ایئر کنڈیشنر، ٹی وی، ڈی وی ڈی، موبائل فون اور دیگر اشیاء ضرورت سے بھری نظر آتی ہے۔ صبح سے شام تک اس بازار میں خریداروں کے علاوہ "پلٹے پھرتے دکان داروں" کا ایک ہجوم بھی نظر آتا ہے جو اپنے کندھوں پر رکھی مختلف اشیاء فروخت کرتے ہیں۔ اس بازار میں فٹ پاتھ تو موجود ہیں مگر ان پر

## چائیز گراس سے ایندھن کا حصول ممکن



چائیز گراس نامی پودا نا صرف پلاسٹک کا متبادل بن سکتا ہے، بلکہ اسے تعمیراتی مادے کے طور پر بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ اس کی مدد سے ہائیڈروجن گیس تیار کرتے ہوئے اسے ایندھن کے طور پر بھی استعمال میں لایا جاسکتا ہے۔ جرمنی میں چائیز گراس پر تحقیق کا کام کرنے والے اداروں میں یون یونیورسٹی بھی شامل ہے، جس نے آٹھ لاکھ کے علاقے کلارن آلفزورف میں ایک تحقیقی مرکز قائم کر رکھا ہے۔ اس مرکز پر موجود ماہرین انسانی مستقبل کے لیے اہمیت کے حامل ایسے پودے اگانے میں مصروف ہیں، جو تیزی سے پھل پھول سکتے ہوں، جنہیں مختلف طریقوں سے استعمال میں لایا جاسکتا ہو اور جو زمینی زمین کو زیادہ نقصان بھی نہ پہنچائیں۔ ان ماہرین کا ہدف ایسے پودوں کی پیداوار ہے، جو توانائی کے معدنی ذخائر مثلاً تیل، کوئلے یا پھر زمینی گیس کا متبادل ثابت ہو سکتے ہوں۔ ماحولیاتی معیشت کے ماہر ایرسٹ بیرگ کہتے ہیں ”ہمارے لیے عالمگیر چیلنج یہ ہے کہ ہم اس کاربن مادے کی جگہ، جو آج کل ہمارے توانائی کے معدنی ذخائر میں موجود ہوتا ہے، مرحلہ وار حیاتیاتی مادے کو رواج دیں۔ ایسا کرتے ہوئے ہمیں توانائی کے مسئلے کے ساتھ ساتھ، خوراک کے عالمی مسئلے کو بھی حل کرنا ہو گا۔“

آج کل توانائی کے حصول کے لیے درخت اور پودے اگانے کا رجحان دنیا کے کئی خطوں میں ایشیائے خوراک کی قلت کے باعث تنقید کا نشانہ بن رہا ہے۔ اس لیے ماہرین کوئی ایسا حل سامنے لانے کے لیے کوشاں ہیں، جس میں پودوں سے توانائی کے حصول کے ساتھ ساتھ خوراک کا مسئلہ بھی حل کیا جاسکے۔ یہ



پودے ایسے ہونے چاہئیں کہ تھوڑی سی جگہ پر اگا کر ان کی زیادہ سے زیادہ پیداوار حاصل کی جاسکے۔ چائیز گراس یا چینی گھاس کا شمار قدرتی طور پر ہی تیزی کے ساتھ اگانے والے پودوں میں ہوتا ہے۔ رالف پوڈے نے تقریباً بیس برس پہلے ہی اس پودے میں خام مادے کے طور پر چھپے ہوئے امکانات کا اندازہ لگا یا تھا۔ اس سلسلے میں پیش آنے والی ابتدائی مشکلات کے بارے میں وہ بتاتے ہیں ”میں نے سب سے پہلے اس کی کاشت میں پیش آنے والے مسائل کو حل کرنے پر وقت صرف کیا۔ یہ مسائل حل ہو بھی گئے تو بھی کاشتکاری نہیں جانتے تھے کہ اس کا کرنا کیسا ہے۔ چنانچہ میں نے اس موضوع پر تحقیق شروع کی کہ کیسے اس پودے کو خام مادے کے طور پر یا توانائی کے حصول کے لیے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ کاشتکاروں میں اس لیے بھی مقبول ہو رہا ہے کہ یہ بہت تیزی سے بڑھتا ہے۔“

کمپیوٹر کو کمپیوٹر سے جوڑا جاتا ہے۔ اس کے بعد صرف سوچ کر کسی شخص کو ٹیلی فون کیا جاسکے گا یا بغیر کسی آلے کے کمپیوٹر اسکرین پر ”گرسر“ کو حرکت دی جاسکے گی۔

لندن بھر میں مفت وائی فائی کا نظام نصب ایک برطانوی موبائل کمپنی لندن کے لاکھوں شہریوں اور یہاں آنے والے سیاحوں کو مفت انٹرنیٹ مہیا کرے گی۔ لندن اس معاملے میں دنیا کے دوسرے بڑے شہروں سے پیچھے رہ گیا تھا۔ فرانس کے دارالحکومت پیرس میں سینکڑوں وائی فائی زونز ہیں جو کہ پارکوں اور دوسرے عوامی مقامات پر مفت انٹرنیٹ فراہم کرتے



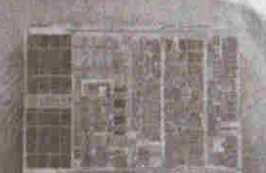
کہ اس کے لیے ایک راستہ انسانی ذہن کی سوچ کے ساتھ ساتھ چہرے کے بدلنے تاثرات اور آنکھوں کی حرکت بھی ہو سکتی ہے۔ ماہرین کا ماننا ہے کہ مستقبل قریب میں پاس ورڈ یا نخبیہ اعداد اور الفاظ کی ضرورت ختم ہو جائے گی۔

سہولت انتہائی مقبول ہوگی اور خاص طور پر سیاحوں میں مقبول ہوگی جو کہ موبائلوں کی ہنگامی قیمتوں کے بارے میں غموں کو مند ہوتے ہیں۔

### ایک مربع انچ کی چپ میں پوری لائبریری

آج کل پوری دنیا میں ایسی ٹیکنالوجی پر کام ہو رہا ہے، جس کی مدد سے کم سے کم جگہ پر زیادہ سے زیادہ ڈیٹا اسٹور کیا جاسکے۔ ایسا ایک نینو ڈاٹ، ایک بت کے برابر ڈیٹا محفوظ کر سکتا ہے۔ امریکہ کی نارٹھ کیرولائنا اسٹیٹ یونیورسٹی کے میٹریلز سائنس اینڈ

کیا ہے اور انہیں چپ پر اس طرح سے نصب کیا جاسکتا ہے کہ سب کا رخ



انجینئرنگ کے پروفیسر جے نارائن کے مطابق انہوں نے جو دنیا طریقہ دریافت کیا ہے، اس کی مدد سے تقریباً 6.5 مربع سینٹی میٹر بڑی چپ پر ایک ارب سے زیادہ صفحات کے برابر معلومات محفوظ ہو سکتے گی۔ یہ نینو ڈاٹس نقص سے پاک سٹائل کر سٹرز سے بنے ہوتے ہیں اور ان سے ایسے مقناطیسی سینر وجود میں آتے ہیں، جنہیں براہ راست کسی سلیکون چپ پر نصب کیا جاتا ہے۔ ان نینو ڈاٹس کا قطر چھ نینو میٹر بتایا

## مرد اور عورت کے درمیان منسوق

سوچ سے بھی زیادہ ہے: جدید تحقیق

مغربی ماہرین نفسیات کی ایک حالیہ تحقیق میں کہا گیا ہے کہ مرد اور عورت کے

درمیان فرق سوچ سے بھی کہیں زیادہ ہے۔  
فرائسی خبر رساں ادارے کے مطابق مرغ اور زہرہ کے درمیان فاصلہ اس سے کہیں زیادہ ہے جیسا کہ پہلے سوچا گیا تھا جبکہ یہاں بات نظام شمسی کے سیاروں کی نہیں ہو رہی بلکہ اس سے

### کائنات کا سب سے بڑا معمہ عورت ہے: ماہر طبیعیات

عورت ایک معمہ ہے سمجھنے کا نہ سمجھانے کا.... یہ بات برطانیہ کے عالمی شہرت یافتہ ماہر طبیعیات سائنسدان اسٹیفن ہاکنگ نے کہی ہے جنہیں عورتوں نے حیران کن صورت حال سے دوچار کر رکھا ہے۔ ان کے بقول کائنات کا سب سے بڑا معمہ عورتیں ہیں۔ برطانوی خبر رساں ادارے کے مطابق جب نیو سائنسٹ نامی جریدے نے ”بریف ہسٹری آف ٹائم“ کے مصنف اور کیمبرج یونیورسٹی کے پروفیسر اسٹیفن ہاکنگ جو جدید طبیعیات کے متعلق انتہائی پیچیدہ سوالات دینے کی شہرت رکھتے ہیں، سے سب سے زیادہ پیچیدہ شے کے متعلق پوچھا گیا تو انہوں نے جواب دیا کہ عورتیں ایک پیچیدہ معمہ ہیں۔

مرد اور عورت ہے۔ ایک نئی تحقیق میں یورپ کے تین ماہرین نفسیات نے مردوں اور عورتوں کے مابین شخصی کی تضادات کا تجزیہ کرنے کے لیے ایک نیا طریقہ استعمال کیا، جس میں انہوں نے دعویٰ کیا کہ ان دونوں مخالف اصناف کے درمیان موجود خلاء کو قبل ازیں کے گئے تحقیقی مطالعوں میں بہت کم ظاہر کیا گیا تھا۔

موجود ڈیٹا کو لکھنے اور پڑھنے کے لیے استعمال کر کے گا۔

اس پیشرفت کے نتیجے میں کمپیوٹر چپ میں ڈیٹا محفوظ کرنے کے لیے گنجائش میں اس حد تک اضافہ ممکن ہو گیا ہے، جس کی پہلے کوئی مثال نہیں ملتی۔ اس طرح کی کسی چپ پر چار ٹیرا بٹ کے برابر معلومات ذخیرہ کی جا سکیں گی۔ خیال ظاہر کیا جا رہا ہے کہ اس چپ کی تیاری پر لاگت بھی اس

طرح کی دیگر چپس کے مقابلے میں کم رہے گی اور یہ نئی ٹیکنالوجی پانچ سال سے بھی کم عرصے میں بازار میں آجائے گی۔

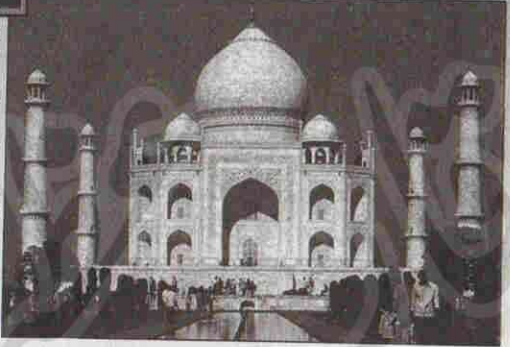
### روم: چیونگم سے جھٹکارے کی جنگ

اطلی کے معروف تاریخی شہر روم میں آج کل ایک منفرد جنگ چھڑ چکی ہے اور وہ ہے چیونگم سے جھٹکارے کی جنگ۔ جی ہاں! یہ صدیوں پرانا شہر آج کل جگہ جگہ چمکی ہوئی چیونگمز کی

وجہ سے عجیب مشکل میں پھنسا ہوا ہے۔ شہر کے تاریخی مقامات پر گلی کوچے میں ایک اندازے کے مطابق 55 لاکھ چیونگم کے ٹکڑے چپکے ہوئے ہیں جن سے جھٹکارے کے لیے ان کی صفائی کی جنگ کا آغاز کیا گیا ہے۔ اس سلسلے میں روزانہ 15 ہزار چیونگم کو گلیوں سے صاف کیا جائے گا اور دلچسپ امر یہ ہے کہ ایک چیونگم کو تلف کرنے میں انتظامیہ ایک یورو

## تاج محل کی دیواروں میں دراڑیں

مجت کی یادگار تاج محل کو سامنا ہے ٹوٹ پھوٹ کے خطرے کا، کیونکہ اب اس کی دیواروں میں دراڑیں پڑنے لگی ہیں جن کی مرمت کے لیے بھارتی حکومت کو بھاری اخراجات کرنے ہوں گے۔ بھارتی شہر آگرہ میں دریائے جمنا کے کنارے تین سو ساٹھ سال سے موجود تاج



محل کی تاریخی عمارت کو دیواروں میں پڑنے والے گہرے شکافوں اور بنیاد کمزور ہو جانے کے باعث منہدم ہونے کے خطرے کا سامنا ہے۔ برطانوی ماہرین کا کہنا ہے کہ تاج محل کی بنیادوں کو پانی کی کمی کا سامنا ہے جس کی وجہ سے آئندہ پانچ سالوں میں یہ تاریخی عمارت زمین بوس ہو سکتی ہے۔

ارب سال پرانی ایسی نایاب دھات دریافت کی گئی ہے جو کہ چاند پر جانے والے پہلے انسان اپنے ساتھ واپس زمین پر لے آئے تھے۔

آسٹریلیو سائنسدان بیروگر راسوسن کا کہنا ہے کہ مذکورہ پہاڑوں میں اس قیمتی دھات کی دریافت کی وجہ سے سائنسدانوں کے لیے اس پر تحقیق کرنے کے مزید مواقع میسر آئیں گے۔ آسٹریلیو سائنسدان کا کہنا ہے کہ 1.07 ارب سال پرانی نایاب دھات ہے جو کہ اس علاقے میں مذکورہ پہاڑوں سے بھی پرانی ہے۔

### آسٹریلیا کے پہاڑوں سے ایک ارب سال پرانی چاند کی نایاب دھات دریافت

آسٹریلیا کے پہاڑوں سے ایک

خرچ ہو جائے گا، یعنی 55 لاکھ چیونگمز کے لیے 55 لاکھ یورو کا کثیر بجٹ درکار ہے۔ اس تخمینے نے انتظامیہ کے ہوش اڑا دیے ہیں، تاہم شہر کو سیاحوں میں مقبول بنانے رکھنے کے لیے اس کام کا بیڑہ تو اٹھانا ہی پڑے گا۔

### امریکہ: طلاق کے خوف سے شادیوں میں کمی

امریکہ کی کارل یونیورسٹی اور یونیورسٹی آف سینٹرل اوکلا ہوما کی طرف سے جاری ہونے والی ایک ریسرچ رپورٹ کے مطابق ایک ساتھ رہنے والے 67 فیصد امریکی نوجوانوں نے اس بات کا اعتراف کیا ہے کہ وہ طلاق کے خوف سے شادی نہیں

# میری پسندیدہ کتاب

پیغمبر اسلام ﷺ

609ء میں جب رسول اللہ ﷺ اللہ تعالیٰ کے پیغام کو لے کر اپنی قوم کے پاس گئے تو آپ ﷺ کو انتہائی ناخوشگوار صورتحال کا سامنا کرنا پڑا۔ اس معاشرے میں رسول اللہ ﷺ کے مٹھی بھر جاٹاروں کے لیے کوئی جگہ نہ تھی۔ وہ چین سے بیٹھ سکتے تھے نہ ہی اپنے عقیدے کی تبلیغ کی اجازت تھی۔ کسی ریاست یا اختیار یا طاقت کا تو ذکر ہی کیا کہ اس حوالے سے کوئی طالع آزما آپ ﷺ سے حسد یا رقابت کا شکار ہوتا مگر ہجرت کے بعد اللہ تعالیٰ نے مسلمانوں کو طاقت اور استحکام عطا کیا تو انہوں نے ایک چھوٹی سی ریاست کی بنیاد رکھی جس کی حدود میں اس تیزی کے ساتھ اضافہ ہوا کہ ایک عالم کو وسط حیرت میں ڈال دیا۔ ہجرت کے پہلے سال اسلامی ریاست کا وجود مدینہ شہر کے محض ایک چھوٹے سے ٹکڑے تک محدود تھا (پورے شہر میں بھی نہیں) جہاں مسلمان مدینہ کے دوسرے مکینوں، یہودیوں، عیسائیوں اور بت پرست عربوں کے مقابلے میں محض ایک اقلیت تھے مگر صرف دس سال بعد جب رسول اللہ ﷺ کا وصال ہوا تو اسلامی سلطنت پورے عرب کی وسعتوں سے نکل کر شام اور عراق کے جنوبی علاقوں تک پھیل چکی تھی اور تیس لاکھ مربع کلومیٹر علاقے پر پرچم اسلام لہرا رہا تھا۔ جی ہاں! تیس لاکھ مربع کلومیٹر جو کم و بیش پورے براعظم یورپ کے رقبہ کے برابر ہے۔ جس کا مطلب یہ تھا کہ اوسطاً 845 مربع کلومیٹر علاقہ روزانہ گزشتہ دس سال سے اسلامی سلطنت کا حصہ بن رہا تھا اور اس سے بھی اثر انگیزی یہ حقیقت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے انسانی جان کو اتنی اہمیت دی کہ اتنی وسیع سلطنت کے قیام کے لیے بہائے جانے والے خون کی مقدار 12 افراد فی ماہ سے زیادہ نہ تھی۔ دس سال یعنی 120 ماہ میں جتنی جنگیں ہوئیں ان میں دشمن کے محض 200 افراد ہلاک ہوئے جبکہ مسلمان شہدائی تعداد اس سے بھی کم تھی۔

(اقتباس: رسول اللہ ﷺ کی حکمرانی و جانشینی۔ ڈاکٹر محمد حمید اللہ، مرسلہ: محمد زاہد بیگ۔ کراچی)

## انبیاء کی تعلیمات

انبیاء کرام علیہم السلام اپنے ساتھ الگ الگ مذاہب نہیں لائے تھے کہ جن کی انہوں نے اپنے پیروکاروں کو تعلیم دی ہو، بلکہ انہوں نے انسانوں کو خالق کائنات کی ہستی پر یقین (Faith in the creator of the Universe) کرنے اور اس کی مخلوق کی بہتری کے لیے کام کرنے (یعنی ایمان اور عمل صالح) کی ہدایت کی تھی۔ نیز اس پر کاربند



رہنے کے لیے انہوں نے اپنے اپنے وقت کے لحاظ سے اپنے خالق کو اپنی روزمرہ کی زندگی میں یاد رکھنے اور اس کے سامنے بندگی کے اظہار کے لیے عبادت کے طریقے پیش کیے تھے۔ انبیاء کی اس تعلیم میں بنیادی اہمیت کامیاب زندگی گزارنے کے لیے خالق کے احکام و ہدایت کی اطاعت کو حاصل ہے، جس کے نتیجے میں ہر دور میں تعلیم یافتہ، باشعور اور دیانت دار افراد کے ذریعے ترقی پذیر اور خوشحال معاشرہ تشکیل پاتا ہے۔ چنانچہ خالق کی ذات پر "ایمان" لانے اور اس کی ہدایت پر عمل کرنے سے انسانوں کے اندر ایک دوسرے سے محبت اور یکجہت کا جذبہ پیدا ہوتا ہے اور وہ آپس میں مل جل کر اور انسانی بھائی چارے کے جذبے سے اجتماعی بہتری کے لیے اپنی صلاحیتیں اور ذرائع صرف کرتے ہیں۔ زندگی گزارنے کے اس طریقے کو "دین" کہا جاتا ہے۔ ہمیں مختلف مذاہب سے تعلق رکھنے والے افراد کو اپنے اپنے طریقوں پر خالق کائنات کی عبادت کرنے اور اپنے اپنے طریقے سے اپنی ثقافتی زندگی گزارنے کا حق دینے ہوئے سب کی انسانی زندگی کو بہتر اور خوش گوار بنانے کے عمل میں شریک کرنا چاہیے اور اس کے لیے منظم طور پر بھرپور کوشش کرنی چاہیے۔ اس سلسلے میں ہمیں مذہبی رواداری کا اصول سنجیدگی سے اپنانا ہو گا اور آپس میں انسانی بھائی چارہ قائم کر کے اور باہمی اقیام و تقسیم کا طریقہ اپنانا، ایک دوسرے کی بہتری کے لیے کام کرتے ہوئے لوگوں کو مذہبی تعصب کے دلدل میں سے نکالنا ہو گا۔

(اقتباس: مذہبی رواداری۔ صفحہ حسن صدیقی، مرسلہ: بشاشتہ شمیم۔ اسلام آباد)

## سماج

شاید یہ سماج اُس طاقت کا نام ہے جو کسی شخص کو اپنا واجب و واجب مقصد پورا کرنے سے روکتی ہے۔ لوگوں کو فوراً امیر ہونے سے روکتی ہے۔ معمولی شکلوں اور آمدنی والے عاشقوں کی محبت میں حائل ہوتی ہے۔ ایک آن پڑھ مزدور کو کار میں بیٹھنے سے باز رکھتی ہے۔ کسی کوشش کا نتیجہ خاطر خواہ نہ نکالایا کوئی آؤٹ پٹ تاکہ حرکت کر بیٹھے تو بجائے اصل وجہ سمجھنے کے کہہ دیا کہ ظالم سماج کا قصور ہے۔ اگر اسی طرح ہر بات میں غریب سماج کو قصور وار ٹھہرایا گیا تو وہ دن دور نہیں جب کسی کو بخار چڑھے گا تو وہ منہ بسور کہے گا کہ یہ سماج کا قصور ہے۔ کوئی کمزور ہوا تو کہے گا کہ یہ سماج کی برائی ہے اور اگر کوئی بہت موٹا ہو گیا تو بھی سماج ہی کو ساجا جائے گا۔ نالائق لڑکے امتحان میں ٹیل ہونے کی وجہ سماج کی کھوکھلی بنیادوں کو قرار دیں گے۔ یہاں تک کہ گالیاں بھی دی جائیں گی کہ "خدا کرے تجھ پر سماج کا ظلم ٹوٹے".... "یا اللہ اسے سماج کے بچے میں کر" یا "پرمانتہ نہ چاہا تو سماج پر چڑھ کر بولے گا" اور دعائیں بھی اسی قسم کی ہوں گی۔ "بچہ دیتا جا بیا خدا تجھے سماج سے بچائے۔" یا "میرے اللہ مجھے سماج کی ہوا سے بچائیو۔" وغیرہ۔

(اقتباس: شکوٰۃ فی حق الرحمن، مرسلہ: تبسم ذہیر۔ کراچی)

کتاب زندگی کی بہترین دوست ہے، جو قاری کو دنیا جہاں کی سیر کراتی ہے، اس پر علم کے نئے نئے ذرا کرتی ہے، ذہن و فکر کو جلا بخشتی ہے۔ بعض کتب ایسی بھی ہوتی ہیں جن کا اثر ساری زندگی قاری کے ذہن پر قائم رہتا ہے۔ اگر آپ کی بھی کوئی ایسی پسندیدہ کتاب ہے تو روحانی ڈائجسٹ کے ان صفحات کے ذریعہ قارئین کو اپنی پسند سے آگاہ کر سکتے ہیں۔



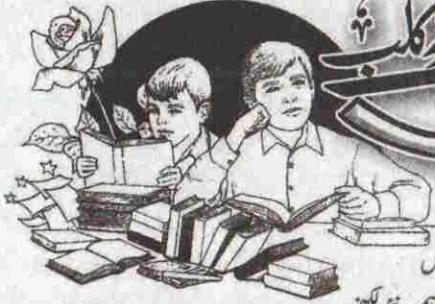
اس ماہ کا بہتر یہ شعر

اے بلبلو! خزاں میں بھی شکرِ خدا کرو  
منگے کہاں سے لاءِ گے فصلِ بہار میں  
(مرسلہ: درخشاں مقصود۔ کراچی)

بلبل ناشاد نے کچھ اس طرح فریاد کی  
روستے روستے بچیاں سی بندھ گئیں صیاد کی  
(مرسلہ: رضوان خان۔ سیالکوٹ)  
نعتِ بلبل ہو یا آوازِ خاموشِ ضمیر  
ہے اسی زنجیرِ عالمگیر میں ہر شے اسیر  
(مرسلہ: شاہد حسین۔ اذکارہ)  
پوچھا بلبل سے جو میں نے دردِ فرقت کا علاج  
شاخِ گل سے گر پڑی، تڑپتی تڑپ کے مر گئی  
(مرسلہ: مہوش شاہد۔ ایبٹ آباد)  
جوشِ گل کی ہیں یہی کیفیتیں تو کیا عجب  
اشکِ بلبل سے قفس ہو لالہ زار اب کے  
(مرسلہ: شمرین خان۔ گجر نوالہ)

اپریل 2012ء کے اشعار کے لیے منتخب لفظ "جمین" ہے۔  
قارئین اس لفظ پر مشتمل منتخب معیاری اشعار اس ماہ کی  
آخری تاریخ تک ارسال کرویں۔  
(مرسلہ: طلحہ احمد۔ کراچی)

روحانی رائٹرز کلب



نوجوان کسی بھی قوم کا سرمایہ ہوتے ہیں۔  
ہمارے ملک میں باصلاحیت نوجوانوں کی کمی نہیں  
ہے۔ "روحانی بک رائٹرز کلب" کے زیر اہتمام ہم نئے لکھنے  
والے نوجوانوں کو طبعِ زاد، دلچسپ، با مقصد، معلوماتی، سائنسی اور روحانی مضامین یا کہانیاں لکھنے کی دعوت دیتے ہیں۔  
قلم اٹھائیے اور اپنے خیالات کو قسطوں پر منتقل کر دیجئے۔ اپنی نگارشات کے ساتھ روحانی بک رائٹرز کلب کا نوٹن پُر  
کر کے اپنے تعلیمی ادارے کے شعبہ کتب خانہ کی نوٹو کاپی اور ایک عدد حالیہ پاسپورٹ سائز تصویر ارسال کریں۔ آپ کی  
نگارشات ہمارے معیار پر پوری اتریں تو ہم روحانی ڈائجسٹ کے اوراق کی زینت بنائیں گے۔ مضامین  
قابل اشاعت ہوں یا ناقابل اشاعت دونوں صورتوں میں سو دو ایس نہیں کیا جائے گا۔

نقل پر بھروسہ!

(ملک مومن)

یہ ان دنوں کی بات ہے جب ہم کالج میں زیر تعلیم  
تھے۔ ہمارا کالج ایک اونچے پر فضا مقام پر واقع تھا۔ جہاں  
جانے کے لیے دو راستے تھے۔ ایک پگڈنڈی کا راستہ جو  
شارٹ کٹ کہلاتا تھا اور دوسرا پکارا راستہ جو موٹر گاڑیوں  
کے لیے استعمال ہوتا تھا۔ یہ راستہ عموماً سنان رہتا تھا اور  
کافی گھوم کر کالج جاتا تھا۔ راستے کے دونوں جانب ہری  
بھری جھاڑیاں اور پام کے درخت ماحول کو کافی پرکشش  
اور رومان پرور بنا دیتے تھے، جس کا فائدہ کالج کے مچلے  
طلبہ اٹھاتے تھے۔ کالج کی عمارت تھوڑی دور پر واقع تھی  
جہاں تک پہنچنے کے لیے ناہوار راستوں سے گزرنا پڑتا۔  
یہاں سے کچھ فاصلے پر ہی ایک مسجد تھی۔ اس سے چند

قدموں کی دوری پر تجربہ گاڑیں تھیں۔ اس کے بعد ہاسٹل  
کی دو منزلہ پتھروں کی عمارت۔ ہاسٹل کے آگے ایک  
جنازیم، جہاں بیٹھ کر ہمارا ایک ساتھی ستار بجایا کرتا۔ اس  
کے قریب ہی طلبہ کے لیے میس کا انتظام تھا اور سامنے  
کرکٹ کا بڑا سا میدان۔ چونکہ تجربہ گاڑیں ہاسٹل کے  
قریب تھیں لہذا طلبہ مختصر بریک میں بھی نیند کا لطف اٹھا  
لیا کرتے تھے۔ ہاسٹل میں روزانہ نئی نئی شرارتیں  
ہوتیں، چھوٹے موٹے پروگرام بھی منعقد ہوتے۔ فلموں  
کا تذکرہ بھی ہوتا اور سیاست کی باتیں بھی ہوتی تھیں۔  
آئرس کے طلبہ کے پاس اتنا وقت ہوتا کہ کالج کے  
اختتام پر کچھ لمحات کمیٹیوں میں بھی گزار لیتے تھے لیکن  
سائنس کے طلبہ کے پاس اتنا وقت ہی نہیں ہوتا تھا کہ  
اپنے دوستوں سے گپ شپ کر سکیں۔ لیکچر کے فوراً بعد  
تجربات کے لیے تجربہ گاہوں میں جانے کی جلدی ہوتی  
تھی۔ ہمارے گروپ میں سائنس کے طلبہ کی اکثریت

# ملا باری بریانی

ماریشس والے  
بھی عجیب  
ہیں۔  
پھل  
کھانے کے

معاظے میں ان جیسا کوئی

گر میوں کے شروع میں پورے جزیرے میں بور مہکتا ہے۔ پھر جب آم تیار ہوتا ہے تو بوجھ سے شاخیں ٹوٹنے لگتی ہیں۔ لیکن انجام بیٹے جیسا ہوتا ہے۔ کھاتے ہیں لیکن خیال رکھتے ہیں کہ کہیں اشتیاق کا اظہار نہ ہو جائے۔ شہر میں تو سنا ہے کہ قیناٹل جاتا ہے مگر گاؤں دیہات میں آم بیچنے یا خریدنے کا رواج نہیں۔ پال نہیں ڈالتے۔ شاخ پر پکتے ہیں، وہیں سے پکتے ہیں اور قدر دانوں کی حسرت لیے وہیں خاک ہو جاتے ہیں۔

املی کے بارے میں کہنا مشکل ہے کہ پھلوں میں شمار ہوتی ہے یا نہیں، لیکن قدرت نے املی کے معاظے میں

بھی یہاں اتنی زیادہ فیاضی سے کام لیا ہے کہ ایک پورے علاقے کا نام ”پلیٹن وے ٹرین“ یعنی املی کا میدان ہے۔ مگر شاخ پر پک پکا کر اور گر کر ضائع ہو جاتی ہے۔ خود کھانے کے لیے دوسرے ملکوں سے درآمد کرتے ہیں۔ تو پھر کیا کھاتے ہیں....؟ پھلوں سے رغبت ہے یا نہیں....؟

جی ہاں! خوب ہے....!

میں نے کسی سے پوچھا تو ترنت جواب ملا۔ بہت شوق سے کھاتے ہیں لیکن ضروری ہے کہ وہ پھل باہر سے آیا ہو، کسی بیرونی ملک سے درآمد کیا گیا ہو۔ سیب، ناشپاتی اور سنگترہ خوش ہو ہو کر کھاتے ہیں لیکن یہ سارا پھل جنوبی افریقہ اور دوسرے ملکوں سے آتا ہے۔

کھانے پینے کا ذکر چل نکلا تو اب ذرا پینے کا حال سن

نہیں ہو گا۔ پیتا اس کثرت سے پیدا ہوتا ہے کہ کہیں مٹھی بھر بیج ڈال دیں تو پورا باغ آگ آئے۔ ہر ٹکڑ پر پیستے کے جھنڈ نظر آتے ہیں۔ کہتے ہیں کہ جب تیار ہوتا ہے تو دھوپ میں سونے کی طرح چمکتا ہے اور جتنی اچھی رنگت ہوتی ہے اتنا ہی عمدہ ذائقہ ہوتا ہے۔ بس یہ ہے کہ کھاتے نہیں۔ پکے ہوئے پیستے پر چریاں ٹھونگیں مارتی رہتی ہیں اور اگر آپ راگیر ہیں اور کسی کے بانچے میں لگے ہوئے پیستے آپ توڑنا چاہیں تو ناصر ف یہ کہ آپ کو پوری آزادی ہے بلکہ ہو سکتا ہے کہ سرتے کے اس عمل کے دوران صاحب خانہ باہر آکر آپ کا شکر یہ بھی ادا کریں۔ لوگ

بتاتے ہیں کہ درختوں پر پکنے کے بعد  
رضاعلی عابدی  
جو پیستے پر ندوں سے بیج جاتے ہیں وہ  
گر کر اور گل سڑ کر خود ہی خاک میں مل جاتے ہیں۔

ہم جن دنوں وہاں تھے، پچھلے طوفان نے پیستے کے سارے درخت گرا دیے تھے۔ ہمارا اشتیاق دیکھ کر کسی نے کھانے کے بعد پیستے پیش کیے۔ رنگت سونے کی تھی اور سنا ہے کہ قیمت بھی....!

یہ اس ملک کا ذکر ہے جہاں ایک پورے علاقے کا نام ”پیلن وے پا“ پایا، یعنی پیستے کا میدان۔ یہی حال آم کا ہے۔

ظاہر ہے کہ جہازیں بھائی گلکتے، بمبئی اور مدراس کے ساحلوں سے اپنے ساتھ آم ضرور لائے ہوں گے۔ انہیں ماریشس کی زمین خوب راس آئی اور اس کثرت سے آگا کہ

کی جان میں جان آئی۔ رات بھر جاگ کر اس پرچے کو حل کیا گیا جو سوالات مشکل تھے اس کی یونیاں (چھوٹی چھوٹی پرچیاں) بنائی گئیں۔ اب قدرے اطمینان محسوس ہو رہا تھا کہ اب صرف امتحان گاہ میں جا کر جوابات لکھنے ہیں۔ امتحان کے ہال میں داخلے سے قبل ہر طالب علم مطمئن تھا اور ہر کوئی ایک دوسرے کو دیکھ کر مسکرا رہا تھا۔ اشاروں ہی اشاروں میں باتیں ہو رہی تھیں۔ گھنٹی بجتے ہی ہم لوگ اپنی اپنی نشستوں پر بیٹھ گئے۔ پہلے کامیاب تقسیم کی گئیں۔ ہم لوگوں نے بڑے اطمینان کے ساتھ اپنا اپنا بیٹس نمبر درج کیا۔ اب صرف اس بات کا انتظار تھا کہ جیسے ہی پرچہ ہاتھ میں آئے ہم جواب لکھنا شروع کر دیں۔ دوسری گھنٹی بجتے ہی ممتحن نے سوالیہ پرچہ دینا شروع کیا۔ پہلے طالب علم نے جھٹ سے پرچہ ہاتھوں میں لیا، سب کی نگاہیں اس طالب علم کی حرکات و سکنات پر تھیں۔ پرچہ ہاتھ میں لیتے ہی اس نے پرچہ پر گہری نظر ڈالی اور فوراً ہی پلٹ کر دوسری جانب دیکھنے لگا۔ گھبرا گھبرا کر اس نے دو تین مرتبہ پرچے کو الٹ پلٹ کر دیکھا۔ ہم سب کو اس بات کا احساس ہونے لگا کہ کچھ تو گڑ بڑ ضرور ہے تب تک ہمارے ہاتھ میں بھی سوالیہ پرچہ آ گیا۔ آنکھوں کے سامنے اندھیرا چھا گیا۔ یہ کیا....؟ یہ تو پورا پرچہ ہی تبدیل ہو گیا تھا۔ رات بھر ہم نے جو تیاریاں کی تھیں وہ رائیگاں گئیں۔ اس کا تو ایک سوال بھی پرچے میں موجود نہیں تھا۔ ہر طالب علم کے چہرے پر ہوا میں اڑ رہی تھیں کہ یہ کیا ہو گیا....؟ ہاتھوں سے پسینہ چھوٹنے لگا۔ ایک دوسرے کو دیکھ دیکھ کر اور پانی پانی پانی کی طرح تین گھنٹے گزر گئے۔ گھنٹی بجتے ہی ممتحن نے کامیاب جمع کرنی شروع کر دیں اور ہم لوگ ہوجھل قدموں سے امتحانی ہال سے باہر آ گئے۔ ایسا محسوس ہو رہا تھا گویا ہم کوئی بہت بڑی جنگ ہار کر

تھی۔ اکثر ہم لوگ ساتھ ہی ساتھ تفریح کے لیے جاتے۔ چونکہ اتوار کے روز ہاسٹل کا میس بند رہتا تھا، ہم لوگ کالج کیسپس سے باہر پیدل ہی رات کے کھانے کے لیے نکل پڑتے۔ راستے میں کالج کے دلچسپ لمحات کا تذکرہ ہوتا۔ سیر و تفریح کی باتیں ہوتیں۔ امتحان کی تیاری اور آئندہ کے لیے منصوبہ بندی پر بھی اظہار خیال ہوتا۔

وقت گزرنا رہا اور ششماہی امتحان سر پر آ گیا۔ طلبہ پڑھائی میں مشغول ہو گئے۔ کسی کو سر اٹھانے کی فرصت نہیں تھی۔ ہر طالب علم کو یہ فکر ستائے جا رہی تھی کہ کس طرح اچھے نمبروں سے کامیاب ہوں تاکہ اپنے اپنے گھروں پر اپنا رزلٹ بتا سکیں اور اپنا بھرم قائم رکھ سکیں۔ اکثر طلبہ کی یہ خواہش ہوتی ہے کہ انہیں امتحانی پرچے قبل از وقت کسی طرح حاصل ہو جائیں تاکہ ان کے مطابق پڑھائی کر کے اچھے مارکس حاصل کر لیں۔ کچھ طلبہ اس میں شارٹ کٹ آزماتے ہیں۔ بجائے پرچوں کے سوالات کے جواب یاد کرنے کے رات بھر نفل تیار کرتے ہیں۔ آج کل اس مصیبت سے بھی بچنا مشکل ہے۔ طلبہ فونو کاپی کی دکانوں پر جا کر چھوٹی چھوٹی پرچیاں بنا لیتے ہیں اور امتحانی ہال میں ممتحن کی نظروں سے بچ کر جوابات پرچے میں چھاپ دیتے ہیں۔

قصہ مختصر یہ کہ ہمارے امتحان جاری تھے دو پرچے ہو چکے تھے۔ اگلا پرچہ طبیعیات کا تھا۔ یہ پرچہ عام طور پر مشکل سمجھا جاتا ہے۔ اس مضمون کے نام سے ہی طلبہ کے چہروں پر ہوائیاں اڑنے لگتی ہیں۔ اس لیے ہمارے چند ساتھیوں نے یہ تنگ و دو شروع کر دی کہ کہیں سے پرچہ ہاتھ آجائے۔ وقت گزرنا جا رہا تھا۔ رات سر پر آگئی تھی کچھ سمجھ نہیں آ رہا تھا کیا کریں کیا نہ کریں....؟ آخر رات گیارہ بجے ہاسٹل میں شور ہوا کہ ہمارے ساتھیوں کی محنت کھانے لگی اور طبیعیات کا پرچہ ہاسٹل میں آچکا ہے، لوگوں

بقیہ صفحہ 231 پر ملاحظہ کیجیے

لیجئے۔ اچھی سے اچھی دودھ دینے والی گائے لاکر رکھی گئی مگر اس کا دودھ نہیں پیتے۔ ڈبے کا دودھ پیتے ہیں۔ میرا مطلب ہے کہ وہ گاڑھا اور میٹھا دودھ جو ٹین کے ڈبوں میں آتا ہے۔ صرف کچھ خوش مزاج لوگ اصلی اور تازہ دودھ استعمال کرتے ہیں۔ غنیمت ہے کہ وہی جماتے ہیں اور سمندر پار سے آئے ہوئے پھل کوٹ کر اس میں ملا کر کھاتے ہیں اور چونکہ بریانی کا بہت شوق ہے، اس کے ساتھ وہی کارائید بناتے ہیں۔

گناز میں سے ابلتا پڑتا ہے لیکن گنے کا رس نہیں پیتے البتہ گنے کی شراب اتنے ہی ذوق و شوق سے لٹکھاتے ہیں۔ کسی نے کہا کہ پرلے درجے کے کابل ہیں، گھر میں پڑے ٹیلیوژن دیکھتے رہتے ہیں اور شراب پیتے رہتے ہیں۔ مجھے ایک عجیب بات بتائی گئی، ایسی عجیب بات کہ مجھے یقین نہیں آیا اور کئی جگہ سے میں نے تصدیق چاہی اور وہ بات درست نکلی کہ ماریش کی حکومت نے شراب پر لگا ہوا ٹیکس ختم کر دیا ہے۔ دنیا بھر کی حکومتیں اپنے خسارے پورے کرنے کے لیے سگریٹ اور شراب پینے والوں ہی کو چوڑائی ہیں لیکن یہ ملک وہ عجوبہ روزگار ہے جہاں شراب پر ٹیکس معاف کر دیے گئے ہیں۔

ہم لوگ جزیرے کی سیر کرتے ہوئے ایک ساحلی سڑک سے گزر رہے تھے اور راستے میں جگہ جگہ گاؤں آرہے تھے۔ ایک گاؤں آیا تو دیکھا کہ لوگ اِدھر اِدھر بیکار بیٹھے ہیں اور اکثر کے ہاتھ پر ہاتھ دھرے ہیں۔

ہمارے میزبان نے بتایا کہ اس گاؤں میں تعلیم بہت کم ہے۔ کار میں موجود سارے اجنبی ایک ساتھ بولے.... "کیوں؟"

جواب ملا۔ "یہ سب لوگ نشے کے عادی ہیں۔ پورا گاؤں شرابی ہے۔ اس لیے انہیں پڑھنے لکھنے سے دلچسپی نہیں۔"

یہ تو ہوئی شراب پینے کی بات۔ یہی حال شکر کا ہے۔ شکر اس کثرت سے پیتے ہیں کہ بس چلے تو چھپے سے نہ ڈالیں بلکہ شکر دانی سے اُٹھالیں۔ پھر خود ہی پتے ہیں، شرمندہ ہوتے ہیں اور خود ہی کہتے ہیں کہ ماریش میں شکر کا مرض بہت عام ہے۔

یہاں کے بندرتک ذیابیطس کے مریض ہیں۔ میرا خیال تھا کہ جس طرح زمین سے گنا ابلتا پڑتا ہے، چاروں طرف پھیلے ہوئے ٹینگوں سمندر سے مچھلی ساحل پر چڑھی چلی آتی ہوگی، لیکن جب کئی روز کھانے پر مچھلی نہیں ملی تو یہ تھکا چلا کہ مچھلی بہت ہے۔ میرا خیال تھا کہ کہیں اور چلی جاتی ہوگی، اس طرف نہیں آتی ہوگی لیکن ایک روز حال کھلا کہ ساری مچھلی غیر ملکی سیاح کھا جاتے ہیں۔ بڑے بڑے ہوٹلوں والے عمدہ مچھلی کے اتنے زیادہ دام لگاتے ہیں کہ چمچیرے شہروں کا رخ ہی نہیں کرتے۔ شاید ان ہی کی سہولت کے خیال سے سارے بڑے ہوٹل سمندر کے کنارے بنائے گئے ہیں۔

ان کے کھانوں میں بریانی کا جواب نہیں۔ میں نے اس قسم کی بریانی کالا باری بریانی کے نام سے کھائی ہے۔ باسستی چاول میں مرغی، گول آلو، انڈے اور ہرا دھنیا ڈالتے ہیں۔ غالباً قورے کا سالہ ہوتا ہے اور مقدار میں کافی ہوتا ہے اس لیے بریانی میں کچھ اور نہیں ملاتے۔ بس یوں ہی کھا لیتے ہیں۔ اس میں کوئی شک نہیں کہ بہت مزے کی ہوتی ہے۔

ماریش میں یہ بات سوالا لاکھ روپے کی ہے کہ غریب ہوں یا امیر، شادی کی تقریب میں ایک یہی بریانی کھلاتے ہیں۔ یہی حال بچے کی ولادت، بزرگوار کی وفات، عرس، قرآن خوانی، مشاعرہ، محفل غزل اور قوالی کا ہے۔

ہمارے دوست عنایت حسین عیدن کہتے ہیں کہ یہاں ووٹ لینے کے لیے اور رشوت دینے کے لیے بھی

بریانی کھلائی جاتی ہے۔

بڑی بڑی دعوتوں کے لیے بریانی پکانے والے یہاں ہنڈاری کہلاتے ہیں۔ بعض ہنڈاریوں کی بڑی شہرت ہے کیونکہ وہ نہایت عمدہ بریانی پکاتے ہیں۔ خراب بریانی پکانے والے کے لیے جزیرے میں کوئی جگہ نہیں۔ سنا ہے کہ بریانی خراب ہو جائے تو ہنڈاری چپکے سے پھیلے دروازے کے راستے بھاگ جاتا ہے۔

واقعی ماریش والے عجیب ہیں۔ فٹ بال کے دیوانے ہیں۔ بیچ برطانیہ میں ہو، یا پورٹ لوئس میں تالیان بجاتے ہیں۔ پسندیدہ ٹیم امریکہ میں بار رہی ہو، یہ موکا میں آنسو بہاتے ہیں۔ فٹ بال کے رسالے پڑھتے ہیں، پول بھرتے ہیں۔ اپنی پسندیدہ ٹیموں کے نام سے کلب بناتے ہیں، چاہے وہ ٹیم برطانیہ کی ہو چاہے امریکہ کی۔ سنا ہے کہ جن دنوں امریکہ میں عامی کپ کے مقابلے ہو رہے تھے، یہ لوگ کام سے چھٹی لے کر گھروں میں بیٹھ گئے تھے اور دن دن بھر ٹیلیوژن پر بیچ دیکھا کرتے تھے چنانچہ ملک کی صنعتی پیداوار گھٹ کر آدھی رہ گئی۔

اپنی ایک اور عادت کا احوال بہت مزے لے لے کر سنا ہے۔ خود کہتے ہیں کہ کوئی نیا کام شروع ہو، نیا پارک بنے یا نیا اسٹور کھلے، دیوانوں کی طرح ہزاروں کی تعداد میں وہاں پہنچ جاتے ہیں مگر چند روز میں آگیا کہ وہاں جانا چھوڑ دیتے ہیں۔ مثلاً کوئی نیار اسٹورٹ کھلا اور اگر کہیں اس نے دام گھٹانے کا اعلان بھی کر دیا تو غول کے غول وہاں پہنچنے لگیں گے مگر اچانک ایک دن سناٹا چھا جائے گا اور وہاں اُلو بولنے لگیں گے۔

اس کا نظارہ ہم نے بھی کیا۔ جس راستے سے ہمارا روز کا آنا جانا تھا، وہاں ایک بڑے میدان میں کاٹی نینٹل ہال پر مارکیٹ کھلی تھی جس کے گرد سینکڑوں کاریں کھڑی

کرنے کی گنجائش تھی۔ اوپر سے مارکیٹ والوں نے کہا کہ دیا کہ ہر چیز کی قیمت پندرہ فیصد کم ہے۔

اب یہ ہوا کہ جہاں سینکڑوں کاریں سامنے کی جگہ تھی، وہاں ہزاروں کاریں چھیننے لگیں۔ جزیرے کے کوٹے کوٹے سے خلقت وہاں ڈھلنے لگی۔ آگے آگے بچے، ان کے پیچھے ماں باپ اور ان کے پیچھے بوڑھے دادا دادی قطار در قطار ہا پیر مارکیٹ کی طرف چل پڑے۔

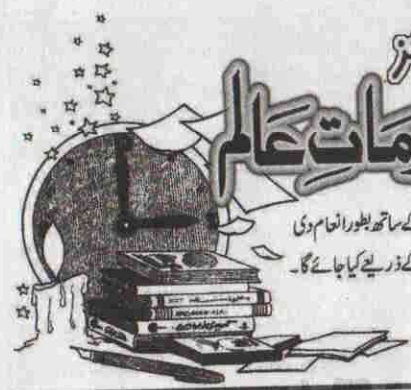
اس مارکیٹ کا ایک کمال تھا کہ جس ملک میں ہر چیز چھو بچے کے بعد بند ہو جاتی ہے، وہاں یہ مارکیٹ رات دس بجے تک کھلتی لگی۔ ماریش والوں کو یہ عجوبہ اتنا اچھا لگا کہ رات دس بجے ان کی خوشامدیں کی جاتی ہیں کہ خدا کے لیے اب گھر جاییے مگر یہ نہیں جاتے۔ پھر انہیں سمجھایا جاتا ہے۔ اس کے بعد سمجھیے کی جاتی ہے اور آخر میں زور زبردستی سے انہیں نکالا جاتا ہے۔

ایک صاحب، کہ ماریش کے ہزاروں لوگوں کی طرح ان کا نام بھی فاروق تھا، نے ہمیں بتایا کہ شام سات بجے وہ اپنے بچوں کو لے کر ہا پیر مارکیٹ گئے تو پولیس نے انہیں باہری رک دیا اور کہا کہ لد جانے کی اجازت نہیں کیونکہ اندر پہلے ہی پچیس ہزار آدمی بھرے ہوئے تھے۔

بڑی مشکل سے فاروق اور ان کے بال بچے اندر داخل ہوئے اور اتنی بیخبر بھڑا میں ان سے کچھ خریدنا نہ گیا۔ بچے بھوکے تھے انہوں نے بسکٹ کے کچھ پیکٹ اٹھالیے اور قیمت ادا کرنے کے لیے قطار میں کھڑے ہو گئے۔ خدا خدا کر کے جب قیمت ادا کرنے کی باری آئی اس وقت تک بچے ناصرف سارے بسکٹ کھا چکے تھے بلکہ منہ بھی پونچھ چکے تھے۔

فاروق صاحب جب یہ قصہ سنا چکے تو بولے کہ آپ نے دیکھا ہو گا ماریش میں جن لوگوں کا نام فاروق ہے،





# روحانی کھبر

## معلومات عالم

درج ذیل معلومات میں سے درست جوابات منتخب کر کے خالی جگہ اور کوپن بڑ کریں اور پورا صفحہ ڈائجسٹ سے نکال کر اس ماہ کی آخری تاریخ تک ارسال کر دیں۔ اگر آپ کے جوابات درست ہوں تو آپ کو معروف روحانی اسکالر خواجہ شمس الدین عظیمی کی ایک کتاب ان کے آؤ گراف کے ساتھ بطور انعام دی جائے گی۔ ایک سے زائد درست حل موصول ہونے پر فیصلہ قرعہ اندازی کے ذریعے کیا جائے گا۔

معلومات عالم - روحانی ڈائجسٹ،  
1-D، 1 تا 11 آباد کراچی 74600

1- حضور نبی کریم ﷺ ارشاد فرماتے ہیں حضرت امیر حمزہؓ کے \_\_\_\_\_ تھے۔

(بھتیجے... بھانجے... بھائی)

2- من و سلوی \_\_\_\_\_ کی امت پر اتارا گیا۔

(حضرت عیسیٰ... حضرت داؤد... حضرت موسیٰ)

3- ”مکائی“ \_\_\_\_\_ کا لقب ہے۔

(بابا مسرید الدین... قطب الدین تختیاں... خواجہ معین الدین)

4- ”عالم تمام حلقہ دام خیال ہے“ مشہور شاعر \_\_\_\_\_ کا مصرعہ ہے۔

(مسر زاعناب... علامہ اقبال... مولانا الطاف حسین حالی)

5- کیوی نامی پرندہ \_\_\_\_\_ میں پایا جاتا ہے۔

(سوئٹزر لینڈ... انگلینڈ... نیوزی لینڈ)

6- ایک منٹ میں \_\_\_\_\_ سیکنڈ ہوتے ہیں۔

(50... 100... 60)

7- پانی میں آکسیجن کے علاوہ \_\_\_\_\_ گیس پائی جاتی ہے۔

(کاربن ڈائی آکسائیڈ... ہائیڈروجن... نائٹروجن)

8- \_\_\_\_\_ ایسا دے جسے الٹا پڑھا جائے تو ایک پھل کا نام بنتا ہے۔

(دوس... پانچ... بیس)

میں نے اپنے میزبانوں سے پوچھا کہ ماریشس والے کھانا کس تیل میں پکاتے ہیں۔ انہوں نے عام تیلوں کے نام بتا دیے۔ میں نے کہا کہ مجھے یہاں آنے ہوئے دو دن ہوں ہیں اور دو دن سے ہوا میں تیل کیسی بو ہے۔ ان سب نے زور زور سے سانس نہیں کھینچیں اور مل کر گردنیں ہلا دیں۔ ”یہاں تو کوئی بھی بو نہیں ہے۔“ میں نے کہا... ”ہے۔“

لیکن تیسرے دن میری ”ہے“ میں کی آئی، چوتھے روز بہت ذرا سی ”ہے“ رہ گئی اور پانچویں دن میں جزیرہ ماریشس کی ہوائی بو کا عادی ہو گیا۔ کسی نے پوچھا کہ کیا اس تیل کی بو ابھی تک آ رہی ہے؟ میں نے کہا کہ مہمان کی طبع نازک کے خیال سے شاید اہل ماریشس نے راتوں رات کسی اور تیل کا استعمال شروع کر دیا۔ یہ الگ بات ہے کہ جب میں لندن لوٹ آیا تو وہاں کے دھلے ہوئے کپڑوں سے بھر اسی تیل جیسی بو آنے لگی۔

میرا خیال ہے کہ ہر سر زمین کی اپنی عکھہ بو ہوتی ہے۔  
(”جہازی بھائی، سفر نامہ“ سے اقتباس)



سب دیکھنے میں غریب غریب نظر آتے ہیں۔ بڑے بوڑھے اس کا سبب بتاتے ہیں کہ اللہ تعالیٰ نے فاروق نام کے لوگوں کے لیے جتنی دولت اٹھا کر الگ رکھی تھی وہ ساری کی ساری مصر کے شاہ فاروق کے حصے میں چلی گئی۔

مطلب یہ کہ بھلے لوگ ہوتے ہیں۔ صاف ستھرے بہت رہتے ہیں اور اپنے گھر گھر وندے بھی صاف رکھتے ہیں۔ اکثر جھاڑو دیتے رہتے ہیں لیکن غلامی کی رسموں سے اتنے تنگ آچکے ہیں کہ جھاڑو دینے کے لیے جھکتے نہیں۔ ایک لمبے سے ڈنڈے کے آگے برش باندھتے ہیں اور دوسرے ڈنڈے کے سرے پر پین لگاتے ہیں۔ بس کھڑے کھڑے ایک ہاتھ سے جھاڑو دیتے جاتے ہیں اور دوسرے سے کوڑا کرکٹ سیٹھتے جاتے ہیں۔

ایک روز جنوبی ہند کی صورتوں والی خواتین ہمارے ہوٹل کے زینے ناچھ رہی تھیں۔ انہوں نے ناریل کے جوتے بنا رکھے تھے، جنہیں پیروں تلے دبا کر وہ کھڑے کھڑے فرش کی مٹھائی کر رہی تھیں۔

اس ساری صفائی ستھرائی کے باوجود مجھے ایک عجیب تجربہ ہوا۔ ماریشس پہنچتے ہی مجھے یوں محسوس ہوا جیسے ہوا میں تیل کی بو ہے۔ وہی تیل جس میں کھانا پکایا جاتا ہے۔

## قورمہ! گوروں کی پسندیدہ ڈش



یوں تو انگریزوں کے لیے مرچوں والے ایشیائی کھانے کھانا آسان نہیں، لیکن برطانیہ میں ہونے والے ایک حالیہ سروے کے مطابق برصغیر پاک و ہند کی مشہور ڈش قورمہ انگریزوں کی پسندیدہ ڈش بن چکی ہے۔ سروے کے مطابق 73 فیصد برطانوی افراد ایشیائی کھانوں میں سب سے زیادہ قورمہ

کھانا پسند کرتے ہیں۔ تاہم صرف دس فیصد کم مرچوں والا اور تین فیصد انتہائی چٹ چٹا قورمہ کھاتے ہیں۔ پسندیدہ ایشیائی کھانوں کے اس سروے میں چیکن جھکد دوسرے اور چیکن جٹلری تیسرے نمبر پر ہے۔

# ماہ کے بہترین مضامین

روحانی ڈائجسٹ میں اپنے پسندیدہ مضامین کی نشاندہی کیجئے اور معروف روحانی اسکالر خواجہ شمس الدین عظیمی کی ایک کتاب اُن کے آؤگراف کے ساتھ بطور انعام حاصل کیجئے۔ ذیل میں دیے گئے کوپن کی خانہ پُر ی سُرخ بال پوائنٹ سے کریں اور اس ماہ کی آخری تاریخ تک ہمیں ارسال کر دیں۔ کوپن کی فوٹو اسٹیٹ قابل قبول نہیں ہوگی۔ فیصلہ قراء اندازی کے ذریعے کیا جائے گا۔ اپنی نگارشات اس پتے پر ارسال کریں۔

”اس ماہ کے بہترین مضامین“ روحانی ڈائجسٹ، 1/7، 1-D، ناظم آباد، کراچی۔ 74600

- 1-.....
- 2-.....
- 3-.....
- 4-.....
- 5-.....

کوپن برائے معلوماتِ عالم (انعامی کوپن) اس ماہ کے بہترین مضامین  
(لفافے پر انعامی مقابلہ ضرور تحریر فرمائیں)

نام..... ولدیت.....

پیشہ..... عمر..... تعلیم.....

مکمل پتہ.....

## بچوں کا روحانی ڈائجسٹ

### ”روشن راہیں“

ایک مرتبہ سورج اور ہوا میں بحث شروع ہو گئی، دونوں ہی خود کو برتر ثابت کرنے لگے۔ ہوائے کہا ”میں بڑے بڑے درخت اور عالی شان مکانات کو اکھاڑ پھینکتی ہوں، سمندر میں طوفان برپا کرتی ہوں، دیو بیگل جہاز سمندر میں ڈبو دیتی ہوں، آندھی بن کر دن کو رات بنا دیتی ہوں اور جس دن ذرا کروٹ بدلوں تو دنیا کے تمام کام بند کر دوں۔“  
سورج نے کہا ”میری تپش کے سامنے کوئی نہیں ٹھہر سکتا۔ پہاڑ جلنے لگتے ہیں۔ لاکھوں من برف پانی ہو جاتی ہے۔ سمندر کھولنے لگتا ہے۔ جو میرا مقابلہ کرتا ہے اس کا تہ ہی ٹھنڈا دیتا ہوں۔“  
بحث بڑھی تو دونوں نے طے کیا کہ کسی خاص چیز پر دونوں زور آزمائی کریں۔ ایک مسافر بیچارے کی شامت آئی، یہ غریب چادر اوڑھنے اپنی منزل کی جانب چلا جا رہا تھا۔ شرط لگی کہ دیکھیں اس کی چادر کون اُتروا سکتا ہے....  
ہوا تیزی سے چلنے لگی۔ مسافر نے چادر کو خود پر اچھی طرح لپیٹ لیا اور اس طرح ہوا کا کوئی زور اس پر نہ چل سکا۔ پھر سورج نے آہستگی کے ساتھ دھوپ نکالی اور کچھ دیر بعد مسافر کو گرمی محسوس ہوئی تو اس نے چادر اتار دی اور یوں یہ مقابلہ سورج نے جیت لیا۔  
سچ کہا ہے کسی بزرگ نے کہ.....

”آہستگی سے جو کام ممکن ہو سکتا ہے، تیزی اور تھری سے نہیں ہوتا۔“

ایران میں ایک غریب آدمی رہتا تھا۔ اس کا نام اسلم تھا۔ وہ دریاں سچ کر لہا اور اپنے بیوی بچوں کا پیٹ پالتا تھا۔ ایک روز اس کی دکان پر ایک سوداگر آیا۔ سوداگر کے ساتھ اس کا ایک دوست بھی تھا۔ اسلم ان کو رستے دکھانے لگا۔ سوداگر نے اپنے دوست سے کہا ”مہاں میں نے اکثر لوگوں کو دیکھا ہے کہ وہ دریاں ترقی اس لیے کر جاتے ہیں کہ ان پر قسمت اچانک مہراں ہو جاتی ہے۔ اب اس آدمی کو دیکھ لو اگر کہیں سے کوئی رقم اس کے پاس آجائے تو اس کا کاروبار چل نکلے گا اور یہ خود رستے بنانے کے بجائے بیبیوں ملازم رکھ لے گا۔“

اس سے پہلے کہ اسلم کچھ عرض کرتا وہ دونوں سوداگر جلدی سے باہر نکل گئے۔ اسلم کچھ دیر تک تو اشرفیوں کو جیرانی سے دیکھتا رہا پھر گھر جا کر ان کو آٹے کے سٹکے میں چھپا کر رکھ دیا اور سو گیا۔ صبح اٹھ کر اس نے سٹکے کو دیکھا تو وہ غائب تھا۔ اس نے بیوی کو آواز دی۔ ”آئے والا منکا کہاں ہے...؟“

”وہ تو میں نے حجام کی بیوی کو دے کر اس سے مہندی خرید لی ہے۔“

”اری جاہل عورت! اس میں تو تین اشرفیاں تھیں جا اور بھاگ کر واپس لے آ۔“

اسلم کی بیوی بھاگ بھاگ حجام کی بیوی کے پاس پہنچی تو معلوم ہوا کہ اس نے سٹکے کو کبڑا کی دکان پر بیچ دیا ہے۔ بیوی منہ لٹکانے واپس آئی اور سارا ماجرا بیان کر دیا۔ اسلم سرپیٹ کر رہ گیا۔

”معافی چاہتا ہوں جناب!“

اسلم نے ان کی باتوں میں دخل دینے سے گریز کیا۔ ”آپ درست فرما رہے ہیں، لیکن میرے پاس اتنی رقم آئے گی کہاں سے...؟“

سوداگر بولا ”دینے والی تو وہ پاک ذات ہے، اس نے مجھے بہت کچھ دیا ہے۔ جب میں کسی آدمی کو امداد کا حقدار دیکھتا ہوں تو اس کی ضرورت مدد کرتا ہوں۔ ہاں یہ تو بتانا کہ تم کتنی رقم سے لپٹا کاروبار شروع کر سکتے ہو...؟“



اسلم گھبرا گیا اور بولا ”جناب عالی مجھ غریب کے لیے تو صرف میں اشرفیاں ہی کافی ہوں گی۔“

سوداگر نے اپنے ہاتھ سے فوراً تین اشرفیاں دیں اور کہا ”لو لپٹا کام چلاؤ، دیکھیں قسمت کہاں تک تمہارا ساتھ دیتی ہے۔“

ایک دن وہ دونوں سوداگر ایک بار پھر اس کی دکان پر آئے تو انہوں نے دیکھا کہ اس کی دکان ویسے کی ویسی ہے۔ ان کے پوچھنے پر اسلم نے سارا ماجرا بیان کر دیا۔ ”فکر نہ کرو...“ سوداگر نے کہا ”یہ لو میں اشرفیاں اور اس مرتبہ دیکھتے ہیں کہ تمہاری قسمت کہاں تک ساتھ دیتی ہے۔“ اسلم نے ان کا شکر یہ ادا کیا اور وہ دونوں چلے گئے۔

اس مرتبہ اسلم نے اپنی بیوی کو بتا دیا اور اشرفیاں اپنے بستر کے پہلو میں باندھ دیں اور سو گیا۔ اس کے بستر کے قریب ہی دیوار میں چوبیسوں کا مل تھا۔ رات کو چوبیسوں کے بستر کے پہلو سے اشرفیاں نکال نکال کر اپنے بل کے اندر لے گئے۔ اسلم صبح اٹھا تو اس نے دیکھا کہ اشرفیاں غائب تھیں وہ پھر سرپیٹ کر رہ گیا۔ چند روز بعد وہ دونوں سوداگر اس سے پھر ملنے کے لیے آئے تو انہوں نے دیکھا کہ اس کی دکان کا حال ویسے کا ہیسا ہی ہے تو انہوں نے اسلم سے کہا ”تمہاری قسمت ہی خراب ہے، تم نے دوسری مرتبہ بھی اشرفیاں گنوا دیں۔“ جب وہ جانے لگے تو سوداگر کے دوست نے اس سے کہا ”آج ہمارے پاس اشرفیاں تو نہیں ہیں، لیکن یہ ایک سیسے (ایک دھات) کا ٹکڑا ہے، یہ لے لو شاید یہ تمہارے کسی کام آسکے۔“ یہ کہہ کر وہ دونوں چل دیے۔ اسلم نے گھر آکر سیسے کا وہ ٹکڑا ایک کونے میں چھپکھپک دیا اور اپنی قسمت پر آنسو بہانے لگا۔ اسی رات ہو چکی تھی کہ اچانک دروازے پر دستک ہوئی۔ اسلم دروازے کی طرف بڑھا، وہاں پٹیرے کی بیوی کھڑی تھی وہ بولی ”میرا شوہر چھپلیاں پکڑنے کے لیے جال تیار کر رہا ہے کل صبح اس کو چھپلیاں پکڑنے جانا ہے۔ بد قسمتی سے ہمارے پاس جال کے ساتھ لٹکانے کے لیے کوئی وزن نہیں ہے کیا یہاں صاحب آپ کو کوئی بات یادداشت کا ٹکڑا دے سکتے ہیں...؟“

اسلم نے بغیر کچھ کہے سے وہ سیسے کا ٹکڑا جو سوداگر کے دوست نے دیا تھا، اٹھا کر دے دیا۔ اگلے روز ٹھیکرے

نے ہزاروں چھپلیاں پکڑیں اور پھر اس نے سب سے بڑی چھپلی دے کر اپنی بیوی کو اسلم کے گھر بھیجا۔ اسلم کی بیوی نے چھپلی کے قتلے تو اس کے پیٹ میں سے ایک چمکدار پتھر نکلا۔ پتھر کی چمک اتنی زیادہ تھی کہ اسلم کو رات کے وقت اپنے گھر میں دیا جانے کی ضرورت محسوس نہ ہوئی۔ اگلے روز ان کے گھر ایک عورت آئی اور اس نے اسلم کی بیوی سے دریافت کیا کہ ”بہن رات تمہارے گھر میں روشنی کیسی تھی۔“

بیوی نے سارا حال کہہ سنایا تو وہ کہنے لگی ”اگر تم چاہو گی تو میں تمہیں پانچ اشرفیاں دینے کے لیے تیار ہوں وہ پتھر تم مجھے دے دو۔“

اسلم کی بیوی نے کہا ”بہن اپنے شوہر سے پوچھ کر بتاؤ گی تم کل آجانا۔“

اسلم جب گھر آیا تو اس کی بیوی نے سارا ماجرا بیان کیا اسلم کہنے لگا ”تم نے اچھا کیا کہ یہ پتھر اس کو نہیں دیا وہ اس کی قیمت پانچ اشرفیاں لگا رہی ہے تو یقیناً یہ قیمتی پتھر ہو گا، وہ کل آئے گی تو تم انکار کر دینا۔“

اگلے روز جب وہ عورت آئی تو اسلم بھی گھر میں تھا اس کی بیوی نے وہ پتھر دینے سے انکار کیا لیکن عورت سو دے بازی کرنے لگی۔ آخر حاکم آکر اسلم نے عورت سے کہا کہ اگر تمہارے پاس ہزار اشرفیاں ہیں تو وہ دے دو اور یہ لے لو۔ ”منظور ہے۔“ عورت نے کہا اور فوراً گھر جا کر ہزار اشرفیاں لے کر آئی اور پتھر لے لیا۔ اب اسلم ہزار اشرفیوں کا مالک تھا۔ اس کا کاروبار دن بدن ترقی کی طرف گامزن تھا۔ ایک دن وہی سوداگر دوبارہ آیا تو اسلم کے ٹھاتے دیکھ کر حیران رہ گیا۔ تقدیر کے کھیل نرالے ہیں جو کام اشرفیاں نہ کر سکیں، وہ سیسے کے ایک بے قیمت ٹکڑے نے کر دکھایا۔

☆

ایک انوکھا جانور....

# چمگادڑ



چمگادڑ ایک انوکھا جانور ہے۔ رنگ سیاہ، ننھے سے جسم پر باریک اُون جیسے بال اور جھلی کی طرح کے کالے پر، جو جسم سے کئی انچ کے ہوتے ہیں۔ پر بازوؤں، پیٹھ، ذم اور بڑے ہوتے ہیں۔ یہ پر چھتری کی شکل کیچھلی ناگوں سے بڑے ہوتے ہیں۔ کندھے مضبوط، جن کے بیچ میں خاصا سارے بڑے بڑے چھپنے کا ن، بیٹھی ہوئی ناک، پوڑا اور ٹیڑھا منہ اور گول کالی کالی آنکھیں ہوتی ہیں۔



چمگادڑ ہوا میں آسانی سے اڑتی پھرتی ہے، لیکن زمین پر گھسٹی ہوئی چل سکتی ہے۔ ہوشیار اور پھر تیلی بہت ہوتی ہے۔ بہت تیز چمگادڑ ایک رات دور سے پھل کھا کر پھر بڑی تیزی سے ادھر ادھر مڑتا رہتی ہے، چمگادڑیں اڑتے ہیں۔ ایک قسم کی سے کاٹی ہے کہ چمگادڑ سردی کے پاؤں، ناک اور کانوں سے چمگادڑ کی خوراک میں ہے۔ مادہ چمگادڑ ایک مرتبہ صرف ایک بچہ دیتی ہے۔ یہ بچے کو دودھ پلا کر پالتی ہے اس لیے اڑنے والے اور دودھ دینے والے دونوں قسم کے جانوروں میں اس کا شمار ہوتا ہے۔

چمگادڑ اپنے چھوٹے سے بچے کو گلے سے چما کر بھی اڑتی ہے۔ بعض مرتبہ بچے کو درخت کے کسی سوراخ میں لے جاتی ہے۔ نیولا اس کا بڑا دشمن ہے۔ اسے پتہ لگ جائے تو جھٹ سے چمگادڑ کو چٹ کر جاتا ہے۔

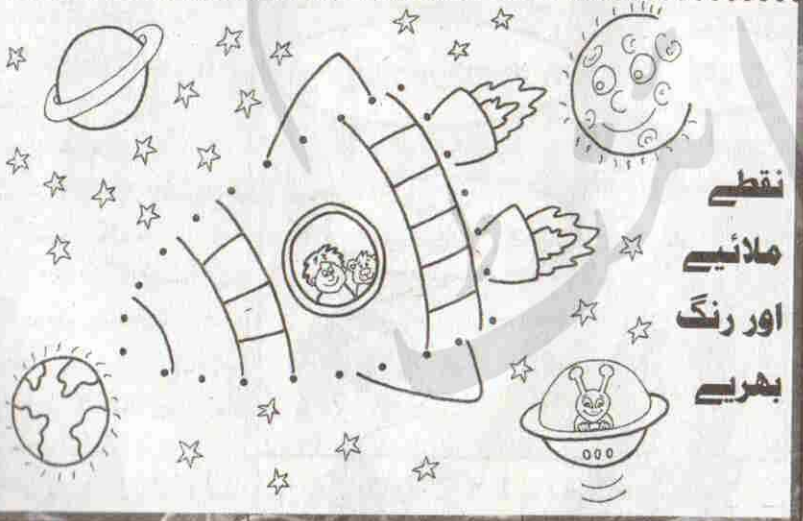
- |          |          |
|----------|----------|
| 1- شیر   | 4- کنگھی |
| 2- چمکا  | 5- ٹی وی |
| 3- آکسین | 6- کتاب  |

# پہیلیاں

☆1☆  
نہ کوئی کرسی نہ کوئی تاج  
جنگل پہ ہے اس کا راج  
☆2☆  
چلتا ہے لیکن ٹھٹھا نہیں  
پر ہیں پھر بھی اڑتا نہیں  
☆3☆  
آگ لگے میرے ہی بل پہ  
ہر انسان کے آتی ہوں کام  
دن میں پودے مجھے بناتے  
☆4☆  
ایک جانور کا پیٹ نہ آنت  
اوپر نیچے دانت ہی دانت  
منہ سے لیوے جان نکال  
کس کر سر پر پڑے وہاں

# چاند

☆5☆  
بھلی مجھ میں جان بھونکتی  
میں لوگوں کا دل بہلاتا  
سارے جہاں کی بات سناتا  
اب بولو میں کیا کرتا  
☆6☆  
خوب سجاتا ہے یہ فلک کو!  
ہر ملک کی سیر کراتی  
جو پوچھو سو بتلاتی  
جو بات سمجھنا چاہو تم  
چپکے سے میں سمجھاتی ہوں  
جو مجھ سے الفت رکھتے ہیں  
میں ان کی شان بڑھاتی ہوں  
جو علم کے پیارے ہوتے ہیں  
میں ان کی پیاس بجھاتی ہوں  
☆☆☆☆  
تم یہ کہانی سب کو سناؤ!  
(تغیر پھول)



نقطے  
ملائے  
اور رنگ  
بھریے

# انعامی مقابلوں کے نتائج

## دسمبر 2011ء کے درست جوابات

1. حج یا عمرہ کی ادائیگی کے دوران خانہ کعبہ کے گرد چکر لگانے کے عمل کو "طواف" کہتے ہیں۔
2. آسمانی کتاب انجیل "حضرت عیسیٰ" پر نازل ہوئی۔
3. حجبِ اسود کا رنگ "سیاہ" ہے۔
4. حضرت بابائے شاہ "پنجابی" زبان کے شاعر تھے۔
5. سعودی عرب کے دار الحکومت کا نام "ریاض" ہے۔
6. شاہ فیصل مسجد پاکستان کے شہر "اسلام آباد" میں واقع ہے۔
7. شاعر کو انگریزی میں "پوٹٹ" کہتے ہیں۔
8. ٹیبل ٹینس کے کھیل میں ایک وقت میں زیادہ سے زیادہ "دو" لوگ کھیل سکتے ہیں۔

دسمبر 2011ء کے شمارے میں شائع ہونے والے سوالات کے جوابات خواتین و حضرات کی بڑی تعداد نے ارسال کیے۔ قرعہ اندازی کے ذریعے جناب حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب کے آٹو گراف کے ساتھ ان کی ایک تصنیف حاصل کرنے والے خوش قسمت "مرضوان علی ولد طاہر علی۔ کراچی" قرار پائے ہیں۔ ادارہ روحانی ڈائجسٹ "مرضوان علی" کو انعام حاصل کرنے پر مبارکباد پیش کرتا ہے۔

آٹھ درست جوابات بھیجنے والوں کے نام:-

**کراچی:** سیدہ علیا مسرور۔ اریدہ نور۔ نمر احلیف۔ نیہا جبار۔ شہناز علی۔ سلطان محمود۔ صبا شاہد۔ محمد غوری۔ ثناء شہباز۔ کوثر و نسیم۔ محمد عمیر خالد۔ راشد رمیز۔ محمد عماد حیدر۔ محمد غلام کلیم۔ محمد اوصاف خان۔ حبیب احمد۔ ضمیر احمد۔ عاصم شمیم۔

**حیدر آباد:** محمد اطہر شاہ۔ محمد عمیر فیاض۔ علی عارف۔ زرینہ خان۔ **راولپنڈی:** ڈاکٹر محمد آصف رضا۔ مظفر گڑھ: ایاض احمد انصاری۔ شاہدہ رضوان۔ محمد خالد۔ **گجرات:** محمد اسعد۔ رضیہ علی۔ شہناز حسن۔ سحر ش زراعت۔ **کوئٹہ:** کاشف امان غوری۔ **جعفر آباد:** حبیب الرحمن طارق۔

سات درست جوابات بھیجنے والوں کے نام:-

**کراچی:** عبد التیوم۔ محمد عارف۔ تبسم شہرزاد۔ جنید خان۔ عبد اللہ ثناء خان۔ **لاہور:** عاصم حمید۔ یاسین احمد۔ **حیدر آباد:** آمنہ نظامانی۔ آصف کریم۔ حنا ضمیر۔ **لاڑکانہ:** عمران علی۔ **سیالکوٹ:** طیبہ تبسم۔ تبسم شہزاد۔ سجاد طارق۔ **راولپنڈی:** محمد عثمان۔ محمد زبیر۔ **ایت آباد:** جاوید الہی۔ **پشاور:** محمد جنید زیب۔ محمد شاہد گل۔ **جہلم:** محمد افضل۔ **اوکاڑہ:** عبد اللہ انور۔



😊.... ڈاکٹر پہلو سے: آپ کا کندھا کیسے اتر گیا...؟  
پہلو: غلطی سے اپنے بچے کا بٹ اٹھا لیا تھا۔  
مزم: جناب اس سزا سے تو مر جانا اچھا ہے۔

(مرسلہ: نرداجبار۔ کراچی)

😊.... ایک بچہ دوسرے سے: میرے ابو اتنے ڈرپوک ہیں کہ وہ امی کی ڈانٹ سن کر فوراً الماری میں چھپ جاتے ہیں۔

😊.... سپاہی دیہاتی سے: تمہاری جو گائے چوری ہو گئی تھی اس کی پہچان کیا ہے...؟

دوسرا بچہ: میرے ابو اس سے بھی زیادہ ڈرپوک ہیں۔

پہلا بچہ: وہ کیسے...؟

دوسرا بچہ: جب بھی سڑک پار کرنی ہوتی ہے تو وہ زور سے میرا ہاتھ پکڑ لیتے ہیں۔

(مرسلہ: عاصم حسان۔ اسلام آباد)

😊.... باپ بیٹی سے: بیٹا مریچوں میں کون سا دوا سن پایا جاتا ہے...؟

بیٹی: مریچوں میں دوا سن سی پایا جاتا ہے۔

باپ: وہ کیسے...؟

بیٹی: کیونکہ جب ہم مریچیں کھاتے ہیں تو سی سی کرتے ہیں۔

(مرسلہ: قصی حنیف۔ کراچی)

😊.... ایک دوست اپنے دوست کی عیادت کو گیا۔ اس نے اس کا حال پوچھا۔

پہلا دوست: بخار تو ٹوٹ گیا ہے بس کمر میں درد رہتا ہے۔

دوسرا دوست: اللہ نے چاہا تو وہ بھی ٹوٹ جاتے گی۔

(مرسلہ: طوبی دانش۔ کراچی)

😊.... مالک نوکر سے: بیٹی میری مرگنی ہے تم کیوں رو رہے ہو...؟

نوکر: جناب میں اس لیے رو رہا ہوں کہ اب میں دودھ پی کر کس کا نام لوں گا۔

(مرسلہ: محمد اشرف۔ سکھر)

😊.... باپ بیٹے سے: بڑے ہو کر تم

بیٹا: بعد کا تو پتہ نہیں مگر آج کل ماسٹر صاحب روزمرہ غائباتے ہیں۔

😊....



## قارئین کی اکثریت نے دسمبر کے درج ذیل مضامین کو بہتر بن قرار دیا

1. اسلام کی حقیقی تصویر..... جمیل احمد خان
2. خواب۔ غیب کا دروازہ!..... ابن وصی
3. خواتین مسجد سے دور کیوں؟..... ڈاکٹر خالد مشتاق
4. دورانِ حمل درپیش مسائل..... ارم پروین عباس
5. دل سے نہیں دماغ سے خرچ کیجیے..... شائستہ سعید



دسمبر 2011ء کے بہترین مضامین منتخب کرنے والوں میں سے قرعہ اندازی کے ذریعے حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب کے آؤگراف کے ساتھ ان کی ایک تصنیف حاصل کرنے والے خوش قسمت ”محمد عبید خان ولد محمد عاصم خان۔ کوئٹہ“ قرار پائے ہیں۔ ادارہ روحانی ڈائجسٹ ”محمد عبید خان“ کو انعام حاصل کرنے پر مبارکباد پیش کرتا ہے۔ انعام موصول ہونے پر خط لکھ کر ادارے کو مطلع کر دیں۔

## مرکزی مراقبہ ہال

سرجانی ٹاؤن کراچی میں  
چند بہ خدمت خلق کے  
تحت جمعے کے روز خواتین و حضرات کو بلا معاوضہ روحانی علاج  
کی سہولت مہیا کی جاتی ہے۔ خواتین و حضرات کو جمعے کی صبح  
7:45 بجے ملاقات کے لئے نمبر دیئے جاتے ہیں اور ملاقات صبح 8 سے 12 بجے  
دوپہر تک ہوتی ہے اور ہفتے کی دوپہر 3:45 بجے نمبر دیئے جاتے ہیں اور ملاقات  
4 بجے سے شام 7 بجے تک ہوتی ہے۔ ہر ہفتے، بعد نماز جمعہ عظیمیہ جامع مسجد  
سرجانی ٹاؤن میں اجتماعی محفل مراقبہ منعقد ہوتی ہے جس میں درود شریف، آیت  
کریمہ کا قہم اور اجتماعی مراقبہ کے بعد دعا کی جاتی ہے۔ جمعے اور ہفتے کے علاوہ  
خواتین و حضرات ملاقات کے لئے زحمت نہ کریں۔ محفل مراقبہ میں دعا کے لئے اپنا  
نام، والدہ کا نام اور مقصد دعا تحریر کر کے ارسال کیجیے۔ جن خوش نصیبوں کے حق میں  
اللہ رحیم و کریم نے ہماری دعائیں قبول فرمائی ہیں وہ اپنے گھر میں محفل میاں دعا انعقاد  
کرائیں اور حسب استطاعت فریبوں میں کھانا تقسیم کریں۔

## محفل مراقبہ



عفتقر۔ فائزہ ایمان۔ فرحانہ اعجاز۔ فرخ اعجاز۔ فرخ ظفر۔ فیصل۔  
قدسیہ۔ قرہ۔ عبدالعزیز۔ قاسم عزیز۔ قرۃ العین۔ کامران۔ کوثر۔  
لیکن۔ لیڈا۔ ماریہ اطہر۔ ماریہ حیدر۔ تبین اختر۔ محمد اسلم قاضی۔ محمد  
اظفر۔ محمد بشر الرحمن۔ محمد حسین تبین۔ محمد ذیشان۔ محمد شاہد۔ محمد  
عامر۔ محمد عبدالرشق علی۔ محمد عبدالعزیز۔ محمد مہمان۔ محمد علی۔ محمد  
عمیرہ۔ محمد فاروق۔ محمد مزمل۔ محمد نعمان۔ محمد نعیم چوہدری۔ محمد نسیم۔  
عمودہ بیگم۔ محمود مریم۔ مسعود احمد۔ مسعودہ بیگم۔ مشرف  
جہاں۔ ملکہ عالیہ۔ منیرہ اختر۔ منظر احسن لغمانی۔ منور۔ مہرین  
زہد۔ مہوش۔ میوش ناز ناز۔ نازنین۔ نازیہ۔ ندا اسلم۔ نصرت۔  
نعمان۔ نعیم۔ نور حفصہ بی بی۔ نور جہاں۔ نورین ضیاء۔ نوشین۔ یاسر  
علی۔ یاسمین شریف۔ یسری۔ یوسف۔ یمن خان۔

**حیدرآباد:** احسن احمد۔ احمد کبیر۔ احمد شاہد۔ ارسلان اللہ۔  
ارشاد علی۔ ارشد۔ اسامہ۔ اسد۔ اسحاق۔ اشکین۔ اقبال احمد۔ اقبال  
تیکم۔ اقبال۔ امجد علی۔ انصاری۔ انیس۔ آپا منظور نام۔ آصف  
اریب۔ آصف صدیقی۔ آفاق اللہ خان۔ پرویز اقبال۔ پرویز کوثر۔  
پروین۔ تابندہ۔ خورشید خان۔ خورشید احمد۔ توصیف۔ ثروت۔ ثمنین فاطمہ  
۔ شمیم۔ شمین۔ شاہ انور۔ شاہ فرخ۔ شاہ گل۔ ثوبیہ۔ جاوید خان۔ جاوید  
خٹار۔ جلیل الدین مرحوم۔ جمیلہ۔ محمد اختر۔ جہانگیر۔ حامی سید علی۔  
حامی عبد الرشید۔ حامی علی انور۔ حامی محمد ہادون۔ حسیب۔ حمیدہ۔

**کراچی:** اسحاق الہی۔ احمد۔ ارشد کمال۔ اسد اسلم۔ اسرار  
عالم۔ اسد سلیمان۔ اسنیہ۔ اظہار۔ اقبال بانو۔ اظہار راشد۔ انور علی  
خان۔ آصف۔ باہر رحمان خان۔ برکت بی بی۔ بشیر بیگم۔ بشیر غازی۔  
بشیر۔ بی بی آمنہ۔ تابش۔ تاج محمود۔ تابش شاہ۔ تمین ناز۔ ثمرین۔  
ثناء۔ جاوید منصور۔ جاوید ضیف۔ حافظہ محمد احمد حسین۔ حسن نور۔  
حسین۔ حماد حیدر خان۔ خالد حیدر شاہ۔ خالدہ۔ خرم۔ خورشید ابدالی۔  
ذیشان عارف۔ ذیشان طاہر۔ راجہ اظہار۔ راشدہ۔ رخسانہ کوثر۔ رخسار۔  
رضیہ بیگم۔ رضیہ خاتون۔ رضیہ فرح۔ رمضان۔ روبینہ صابر۔ رابعہ۔  
زاہدہ۔ زویہ۔ زینب۔ ساجدہ۔ ساجدہ اطہر۔ ساجدہ مجید۔ سرفراز۔  
سعدیہ اوم۔ سعیدہ فیروزہ۔ سعیدہ۔ سعیدہ۔ سلطان۔ سملی ثناء اللہ۔  
سملی آفتاب۔ سملی ریاض۔ سملی محبوبہ۔ سمیر رحمان۔ سمیرہ رحمان۔  
سیمہ شازیہ سلیم۔ شازیہ احمد۔ شائستہ۔ شہین۔ شہان جاوید۔  
شہینہ۔ شتیق۔ شکیل احمد۔ شگفتہ رشید۔ شمیمہ خاتون۔ شہادت علی۔  
صابرہ۔ شاہنواز۔ صابر۔ صابرہ۔ صائمہ بیگم۔ صبا۔ صہبہ ناز۔ صفیہ  
یونس۔ صوبیہ۔ ضیاء الرحمن۔ طاہر رشیدہ۔ طاہرہ  
مغل۔ عادل۔ عافیہ۔ عائشہ احمد۔ عائشہ خان۔ عثمان۔ عائشہ  
غلام۔ عائشہ۔ عبد الرحمان۔ عبد الستار۔ عبد اللہ۔ عبد الغفور۔  
عبد الباقی خان۔ عبد نعیم۔ عتیق الرحمن۔ عدنان۔ عزیز  
عامر۔ عزیضہ۔ عظمیٰ۔ عمیرہ فاروق۔ عمیرہ۔ مہرین رحمان۔ مہرین۔

### روحانی ینگ رائٹرز کلب

(روحانی ینگ رائٹرز کلب میں شمولیت کے لیے اپنی نگارشات  
اس کو پین کوپن کر کے اپنی حالیہ صاف اور واضح  
تصویر کے ہمراہ ارسال کیجیے۔)

نام	_____
ولدیت	_____
عمر	_____
تعلیم	_____
پسندیدہ مضامین	_____
اضافی قابلیت	_____ پیشہ _____
مشاغل (علیحدہ صفحہ پر تفصیل سے لکھ کر منسلک کریں)	_____
کمل پتہ	_____
ای میل ایڈریس	_____

### بچوں کا روحانی ڈائجسٹ

(بچوں کے صفحات کہانی، نظم، لطیفہ اور تصاویر ارسال  
کرتے ہوئے کو پین میں مطلوبہ کوائف تحریر کر کے ہمراہ  
منسلک کریں۔)

نام	_____
ولدیت	_____
عمر	_____ کلاس _____
اسکول کا نام	_____
کمل پتہ	_____

حقیف۔ خالد۔ حرم۔ خطیب۔ خورشید بیگم۔ خیر النساء۔ دانش۔  
درخشاں۔ ذاکر جعفر علی۔ راجیش۔ راحیلہ۔ راجل۔ راشد حسن۔  
رائح۔ رانی مختار۔ رباب۔ رخسانہ۔ رشید احمد۔ رشیدہ الطہر۔ رشیدہ احمد۔  
رقیہ۔ روشن نظر۔ ربیعان اللہ خان۔ ربیعانہ قاسمہ۔ ربیعانہ ضمیر۔ زینہ۔  
زوبیدہ نور۔ خورشید زینت۔ سارہ خان۔ سلمان خان۔ سلمان رفیع۔  
سلمان الطہر۔ سلمان۔ سلمیٰ بیگم۔ سحیح اللہ۔ سعیدہ شانی۔ سونیلہ سید  
نسرین۔ شاکر شایبہ۔ شاہد نسرین۔ شاہد شایبہ۔ شرمین کول۔  
شرفیہ قاسمہ۔ شفیق۔ شکیلہ۔ شمس الدین۔ شمسہ۔ شمیم جہاں۔ شمیم۔  
شوکت علی۔ صبا جمالی۔ صبا پرویز۔ صبا اختر۔ صبیحہ۔ طاہرہ۔ عارفہ  
طلحہ۔ عارف حمید۔ عالیہ شاہدہ۔ عامر اسماعیل۔ عامر حقیف۔ عائشہ حسن۔  
عائشہ خان۔ عبدالخالق۔ عبدالکریم۔ عبداللہ۔ عدیل۔ محترت مفت۔  
عفت۔ علیم۔ عمیرین سیدہ۔ عینی۔ غلام قاسمہ۔ غلام حمد۔ قاسمہ  
عمران۔ قاسمہ۔ فراز حسین۔ فرح دیدہ۔ فرح کول۔ فرح و شبنم۔  
فرحت۔ فرحین۔ فرزانہ۔ فریاد رحمان۔ فقیر محمد۔ فوزیہ۔ فہد قاسم۔  
قرۃ العین۔ کاناٹ۔ کلثوم۔ کول۔ کنیز قاسمہ۔ کوثر پروین۔ کوثر۔  
لاریب۔ لایبہ۔ لعلی۔ ماریہ۔ مجاہد علی۔ محمد اسماعیل۔ محمد اختر۔ محمد راشد۔  
محمد اکرم۔ محمد احمد۔ محمد امیر۔ محمد بشیر۔ محمد جاوید۔ محمد حمیر۔ محمد زبیر۔  
محمد شریف۔ محمد صدیق۔ محمد سلیم۔ محمد علی غوری۔ محمد علی۔ محمد عمران۔  
محمد قاسم۔ محمد نور۔ محمد حمیر۔ محمد دین۔ محمد ابراہیم۔ محمد عامر۔ مدیحہ۔  
مرحوم محمد ایوب۔ مزل۔ مسرت۔ مہوش۔ ناصرہ خاتون۔ نائلہ۔  
نایاب کول۔ نایاب۔ نجم اکبر۔ نجمہ تیمور۔ ندا کول۔ نسرین سیدہ۔  
نسرین۔ نسیم پروین۔ نسیم اختر۔ نسیم۔ نور انساہ۔ نور العین۔ نور نظر۔  
وجیدہ۔ وقار۔ جاوید۔

**لاہور:-** آبیہ۔ آفتاب۔ آمنہ۔ احمد حسین۔ احمد سلمان۔  
احمد بیگ۔ ارشد فیاض۔ ارم شاہین۔ اسامہ۔ افتخار صادق۔ افتخار۔  
اقراء اختر۔ اکبر۔ انجم۔ انوری بیگم۔ باسط محمود بشیر احمد۔ پرنس  
عبد الماجد۔ پروین اختر۔ پروین فیصل۔ ساجد بی بی۔ شہ شہ شاہ  
طارق۔ جاوید۔ جمال۔ حسین احمد۔ حبیب۔ حسین۔ خالد محمود حرم۔  
ذوالفقار علی۔ راحت حسین۔ راشد گل۔ رضوان احمد۔ رضوان خالد۔  
روزیدہ۔ زیب النساء۔ سعد حسین۔ سعیدہ فیروزہ۔ سعیدہ۔ سعیدہ  
درانی۔ سلمیٰ۔ شاہین طارق۔ شمشاد۔ شمع۔ شمیم اختر۔ شمیم۔  
صابر فاروق۔ صابر۔ صائمہ افضل۔ صدیق النساء۔ صفراں۔ طارق  
محمود۔ عابدہ صادق۔ عارف اسماعیل۔ عارف۔ عبدالجبار عبدالسلام۔  
عبدالغفار عثمان۔ عذرا جمین۔ عذرا عرفان۔ عسرت باقر۔ عطیہ۔  
عقلمانی خان۔ عقیلی نیاز۔ علی صدیق۔ علی عمران۔ عمران۔ عنبر ام۔  
عنبرین۔ سلمہ۔ غزالہ۔ غلام قاسمہ۔ فرحین۔ گلزار احمد۔ گلشن شاہین۔  
ماریہ حسین۔ ماسٹر عارف۔ محمد اختر۔ محمد ارشاد۔ محمد اسلم۔ محمد اقبال۔

محمد شفیق۔ محمد صادق۔ محمد عثمان۔ محمد نعمان۔ محمد نواز۔ محمد آصف۔  
محمد دانش۔ محمود۔ مسرت جہاں۔ مشتاق احمد۔ مقبول بی بی۔ منور  
سلطانہ۔ مہرین قاسمہ۔ میاں محمد۔ میمونہ باقرہ۔ نازیہ۔ نبیلہ خالد۔ زہبت  
شہزاد۔ نور خانم۔ نورین قاسمہ۔ نوشین اسلم۔ نوید اسلم۔ نوید حسین۔  
وسیم بیگم۔ وقار احمد۔ وقار عدیل۔ وقار۔ یاسمین اختر۔

**پشاور:-** ستار۔ عباس۔ عبدالحمید خان۔ عبداللطیف۔ عبدالستار  
خان۔ عبدالغنی۔ عربا غنفر۔ علی احمد۔ علی رضا۔ عمیر سلطان۔  
عمیر نصیر۔ غلام عباس۔ فائزہ نذر احمد۔ الفت بی بی۔ قیسہ اثن۔  
قیصر ندیم۔ کلثوم نذر بیگم اللہ۔ کنیز قاسمہ۔ کوثر بانو۔ کول بشیر۔  
لطیف اسماعیل۔ مبارک علی۔ محمد احمد۔ محمد ادریس۔ محمد راشد۔  
محمد اشرف۔ محمد اسف۔ محمد آصف چشتی۔ محمد اقبال۔ محمد بہان۔  
محمد بلال۔ محمد حبیب۔ محمد خورشید۔ محمد ذراں۔ محمد رشید۔ محمد رمضان۔  
محمد زمان۔ محمد سلیم۔ محمد سلیم۔ محمد شاہد۔ محمد شریف۔ محمد شفیق۔  
محمد صدیق۔ محمد طاہر علی۔ محمد عظیم۔ محمد حفصہ۔  
محمد کامران۔ محمد لطیف۔ محمد نواز چشتی۔ مریم جاوید۔ معصومہ حمید۔  
منظور بی بی۔ مہوش بیگم۔ مہوش بیگم۔ میاں افضل احمد جیکی۔ نایبہ  
نظر۔ نجمہ پروین۔ ندیم اختر۔ نذرت نذر۔ نصیر احمد۔ نعمان رزاق۔  
نعیم ستار۔ نور العین۔ نوید اختر۔ ڈاکٹر یاسر۔ یاسر ندیم۔

**راولپنڈی/اسلام آباد:-** آرزو سلیم۔ آصف شاہد۔  
آمنہ سلیم۔ احسن آفتاب۔ احمد۔ اعزلی بیگم۔ افتخار آفتاب۔ افتخار۔  
اشحین۔ لاجنہ آفتاب۔ انوری بیگم۔ انیلہ۔ بانو۔ بیتش عامر۔ بے نظیر۔  
پرنس عبدالماجد۔ پروین۔ تہینہ سکین۔ تمیزہ محمد علی۔ جمال۔ جمیلہ۔  
جارت حسین۔ حسنین بیگم۔ حمیرہ۔ خالد محمود۔ خدیجہ بی بی۔ خورشید  
بیگم۔ خوشنود جمید۔ راشدہ۔ رابعہ معاذ۔ رابعہ۔ رحمت۔ روینہ ضمیر۔  
ربیعانہ افضل۔ زاہدہ پروین۔ زرت بی بی۔ زہرہ بیگم۔ سارہ آصف۔ سبط  
الرحمن۔ سین۔ سجاد حیدر۔ عرش شہزاد۔ سعیدہ۔ سمیرا۔ سعیدہ فیروزہ۔  
سعیدہ اختر۔ سعیدہ بیگم۔ سلمان حیدر۔ سلمان فیصل۔ سید طارق۔ سید  
عمران۔ سید عمیر شاہزید۔ شاہد خالد۔ شاہین۔ شفیق الرحمان۔ صالحہ  
مریم۔ صابہ سلیم۔ صائمہ افضل۔ صائمہ بی بی۔ صائمہ سلیم۔ ضعیف علی  
خان۔ طاہرہ فیصل۔ عابدہ ریاض۔ عائشہ آفتاب۔ عائشہ مسعود۔ عائشہ۔  
عبد الغفور۔ عبد الزاق۔ عبد الرؤف۔ عرفان علی۔ عرفان۔ عزیز  
النساء۔ عمران جاوید۔ غلام رسول۔ غلام صغریٰ۔ غلام فاروق۔ قادینہ  
اجہد۔ فرحت اجہد۔ فریحہ۔ فیاض احمد۔ قیسہ بانو۔ کاشف جاوید۔  
کارمراں جاوید۔ کشور بی بی۔ محمد ارسلان۔ وقاص۔ محمد افضل۔ محمد  
سلیم۔ محمد وقار۔ مختار احمد۔ مسرت راشد۔ مسرت۔ مشتاق۔ مظہر م  
سلطانہ۔ مہوش شاہد۔ نادیر شہزاد۔ نایبہ جمالی۔ نبیلہ خیر انساہ۔ نبیلہ  
خالدہ۔ ترنس۔ نذرت آفتاب۔ نذرت شہزاد۔ نسیم افضل۔ نصیہ بیگم۔

نور خانم۔ نوشین عدنان۔ وادف علی شاہد۔ وجیہہ ظفر۔ وقار منور  
بیکم۔ وقار نور۔ ہاجرہ ہارون۔ ہشام احمد۔ ہمیر انخالہ۔  
**فیصل آباد:-** آسماہ۔ آصف جاوید۔ آصف۔ اشتیاق۔  
اشفاق ضمیر۔ اعجاز حسین۔ بانو زین۔ بہان علی۔ بشری اقبال۔ بشری  
جنابلی۔ پروین رشید۔ تاج محمود۔ توصیف ناصر۔ شمیمہ منصور۔ جاوید  
اقبال۔ جاوید۔ جمید احمد۔ حاجی شوکت علی۔ حاجی محمد سلیم۔ حاجی منصور  
حسین۔ حامد رشید۔ حرم منصور۔ حمید زاکر۔ حنا علی۔ خالدہ خاور رشید۔  
دانش فیصل۔ دانش منصور۔ دانش یونس۔ دلبر عدنان۔ ذیشان احمد۔  
راشد جویریہ۔ راشدہ رحمان عثمان غار۔ رانا عثمان۔ رانا محمود صادق  
رفعت فیصل۔ رفعت مختار۔ رفیق انجم۔ رفیقہ۔ رونی عدنان۔ رونی۔  
روشن بہان علی۔ رشیدہ شوکت۔ زاہد ہمایوں۔ زبیدہ بی بی۔ زینہ  
آصف۔ زین العابدین۔ سورہ کرن۔ سعید طارق۔ سعیدہ خاتون۔ سہا  
بی بی۔ سکینہ احمد۔ سیف الدین۔ سیماں بی بی۔ شامدہ۔ شفیق صابر۔  
شمسہ۔ شہناز محبوب۔ صابران بی بی۔ صائمہ جاوید۔ صائمہ نسیم۔ ضیاء  
گل۔ طاہر لطیف۔ ظہیر احمد۔ عاصمہ رشیدہ۔ عاصمہ نسیم۔ عامر۔  
عبدالرشید ملک۔ عدیل۔ عقیلی نسیم۔ عظیم زاکر۔ علی ذیشان۔ غلام  
معطفی۔ فاخرہ جمیدہ۔ فائزہ کامران۔ فائزہ۔ فخر انساہ۔ فرحت کوثر۔ قدیر  
احمد۔ قمر النساء۔ کلثوم یونس۔ کوثر انساہ۔ حسن فاروق۔ محمد احمد۔

**گجرات:-** آغا شاہد ارشاد بی بی۔ امتیاز۔ بارہ صدیق۔ بلقیس  
اختر۔ تنویر المعطفی۔ خورشید حسین۔ جاوید اقبال۔ جاوید اقبال۔ جاوید۔  
جمال بی بی۔ حافظہ محمد اسف۔ حسین بی بی۔ حکیم محمد راشد۔ حورشید بی بی۔  
دادو احمد۔ رابعہ بی بی۔ راشدہ محمود۔ رضوان صاحب۔ رضیہ بیگم۔  
رفعت زاہد۔ زینہ اختر۔ سائرہ۔ ساجدہ۔ سارہ۔ سردار ان بی بی۔ سعید  
اختر۔ سعیدہ بانو۔ سکینہ بی بی۔ سلیم احمد۔ شاہ بیگم۔ شاہد  
صدقہ۔ شریف بی بی۔ شائلہ جمین۔ شمیم ہارون۔ شہناز کوثر۔ شہناز۔  
صفدر حسین۔ صفیہ بیگم۔ صفیہ۔ طاہرہ اسف۔ طیبہ۔ حفصہ۔ ظفر اقبال۔  
ظہیر اقبال۔ عالیہ بانو۔ عازرہ جمین۔ عامر شاہد۔ عبدالغفار۔ عنبرین۔  
غلام قاسمہ۔ فیاض حسین۔ قمر سلطانہ۔ کاشف مجاہد۔ مہر حسین۔ محمد  
اشرف۔ محمد شفیق۔ محمد عامر۔ محمد کاشف۔ محمد نواز۔ محمد یوسف۔ محمد  
یونس بٹ۔ محمد شاہد فاروق۔ مرزا بشیر احمد۔ مسز پروین۔ مقبول  
احمد۔ منصورہ۔ ملک محمد انوار۔ منظور بی بی۔ نایاب۔ نجمہ النساء۔ ندیم  
اختر۔ نذری بی بی۔ نصیہ بی بی۔ نگہ بی بی۔ نوید اختر۔ ڈاکٹر سلیم۔ ڈاکٹر  
غلام بانو۔ ڈاکٹر مریم۔ ہارون طیلل۔ یاسر اقبال۔

**سیالکوٹ:-** آمنہ۔ ابرار خان۔ اجمل بٹ۔ اجمل رسول۔  
احمد حسین عابد ارشاد بی بی۔ ارشاد بیگم۔ آسانہ تیمورین سعیدہ اسلم۔  
اسما قر۔ اقبال بیگم۔ اقبال۔ اجہد عباس۔ امینہ بیگم۔ امینہ۔ امینا عمیر۔  
انیلہ جاوید۔ اویس۔ بشارت۔ بلال۔ بیگم اسلم۔ تنہیم۔ حزیلہ۔ خور

عباس۔ ثاقب۔ ثریا بیگم۔ ثمنیہ کوش۔ ثمنیہ۔ جمشید ریاض۔ جمیلہ۔  
جواد۔ چوہدری ریاض۔ چوہدری غلام نبی۔ چوہدری فرخ۔ چوہدری  
فرخ۔ چوہدری لیاقت۔ چوہدری محمد اکرم۔ حافظ نعمان۔ حسن علی۔  
حلمہ۔ حنا خانم۔ حنا تکمیل۔ حنان۔ خالدہ رحیم۔ رخسانہ۔ رشیدہ  
اعجاز۔ رضوانہ بی بی۔ رضیہ بیگم۔ رقیہ حامد۔ رمنہ۔ روینہ۔ روزیدہ۔  
روینہ رومی۔ زینہ۔ زینت۔ ساجدہ۔ ساجدہ ستارہ جمیں۔ سجاد۔  
سودہ۔ سرفراز سعیدہ۔ پروین۔ سعیدہ۔ سفینہ۔ سلمیٰ ظفر۔ سنی۔  
شازیہ۔ شاہد اقبال۔ شاہد شاہدہ۔ پروین۔ شریف۔ شگفتہ  
پروین۔ شائلہ۔ شمشیر۔ شمیم۔ شہباز بیگم۔ شہباز شہزاد خان۔ شہلا۔  
شہناز صائمہ خانم۔ صائمہ فیصلہ۔ صائمہ۔ صابہ اکبر۔ صاحبہ محمود۔  
طاہرہ محمود۔ طاہرہ اسف۔ طور قاسمہ۔ طیبہ۔ صائمہ۔ عائشہ عائشہ۔  
عارفہ۔ عاصم علی۔ عاصفہ حیدر۔ عبدالقدوس۔ عبداللہ۔ عبدالرحمن۔  
عبید انور۔ عتیق الرحمن۔ عرشہ عمیر۔ عسرت۔ عطیہ نعمان۔ علی  
حسین۔ علی عطیشہ۔ غزالہ۔ غلام شمیمہ۔ فائقہ۔ قاسمہ۔ فرخ معاذ۔ فرخ  
قاسم۔ فرزانہ۔ فضل بی بی۔ فوزیہ۔ فہیمہ۔ فیروزہ بی بی۔ فیصل حیات۔  
قصرہ بانو۔ قمر النساء۔ کاشف جاوید۔ کاشف حیات۔ کامران  
اعجاز۔ کامران واجد۔ کلثوم بی بی۔ کوثر دہاب۔ کول ریاض۔ کول شاہ۔  
کول علی۔ گلشن ضمیر۔ لطیف خان۔ اللہ دتہ۔ اللہ رکھا۔ بشر علی  
نصرت جمیل۔ سنی الرحمن۔ مجاہد ظفر۔ مجید مجاہد۔ محسن خان۔ محمد اسلم  
راحت۔ محمد اکرم۔ محمد حقیف۔ محمد رفیق۔ محمد ظفر اقبال۔ محمد نسیم۔ محمد  
وسیم۔ محمد یونس حامد۔ محمد یونس۔ مدثر فرید۔ مریم مزل۔ فریدہ معطفی  
چوہدری۔ ملک جہاد۔ ممتاز منان۔ مہوش۔ نادیہ۔ نایبہ اختر۔ نجمہ۔  
نسرین۔ نسیم۔ نصرت۔ نعمان طارق۔ نسیم۔ نورین نعمان۔ نوید طاہر۔  
نویدہ طاہر۔ ولید خالد۔ ڈاکٹر لبتی۔ ہنس شاہد۔

**چنیوٹ:-** اجالا ریاض۔ اجالا قرہ۔ احتشام۔ احمد بخش۔ احمد  
حسن۔ احمد ممتاز۔ ارشد۔ ارشد۔ اسلم نواب۔ اشتیاق۔ اشتیاق قیسر۔  
اشتیاق محمود۔ اشتیاق حماد۔ اسف علی۔ الطہر۔ اعجاز حسین۔ افان۔  
اقبال اسلم۔ اکرام۔ احمد علی۔ امداد حسین۔ امیر علی۔ امیر علی۔  
انعام۔ انور یاسین۔ انور۔ بانو فیاض دین۔ بابا محمد بخش۔ سلطان۔ بانو  
بہادر علی۔ بہاول شہر۔ بیگم عابدہ امام۔ بیگم عابدہ امام۔ بیگم محمد اسلم۔ بیگم  
محمد حنیف۔ پروینہ ریاض۔ پروینہ سلیم اختر۔ پروینہ سلیم اختر۔  
پروینہ شہباز۔ پروینہ غالب حسین۔ پروینہ غوث اختر۔ پروینہ محمد  
ایوب۔ پروینہ ریاض۔ پروینہ بانو۔ تنویر علی۔ جاوید رفیق۔ جعفر  
علی۔ چاچا محمد حیات۔ چوہدری شاہد۔ چوہدری فقیر محمد اعجاز۔ حاجی  
خاور۔ حاجی سلیم احمد۔ حاجی شوکت۔ حافظہ تکمیل۔ حافظہ محمد افضل  
عالیہ۔ حسن رضا۔ حنا رضا۔ حیدر رضا۔ خالدہ پرویز۔ خالدہ سراج۔ خالدہ  
محمود۔ خالدہ الطہر۔ خالدہ انساہ۔ خدیجہ بی بی۔ ذوالفقار حیدر۔ ذوالفقار

علی در یکس راحت اکبر را شد عبد اللہ ربیعہ رضاء رضوان صغیر۔  
 رضیہ سعید روینہ طارق زاہد قاسمی زاہد نور زاہد علی زاہد جاوید۔  
 ساجد اللہ ساجد علی سعید سعید الطیر سعید ارحم سلیم اختر سعید  
 صابر علی شاہ سعید عابد امجد سعید عارف رضا شاہد منیر شاہد شہین  
 رانی شہیر حیدر شہیر خاور علی شکیلہ شوکت نیاز شوکت تیمور شیخ  
 نواز صدر علی صدر علی صفیہ بیگم صفیہ جاوید طارق مراد۔  
 طارق محمود طارق دلایت بیگ طاہرہ عابد امجد عابد علی عارف۔  
 عاشق علی عبدالغنی عبدالرؤف عبدالسلام عارف خان سعید علی۔  
 سعید حسن عدیل عارف عذرا محمد گزار عرفان چیمہ عزیز علی  
 رضا علی رضا عمر غوث اختر فرحت جہاں فرحت بی بی فریہ  
 جلال فریہ اوصاف فقیر محمد اعجاز فوزیہ زاہد نجمہ نعیم حسن۔  
 فیصل قاضی توقیر قاضی ظفر قاضی ظفر قاضی عادل عباس۔  
 قاضی مسعود عباس قاضی مشرف قاضی نادر قاضی نادر کاشف  
 عظیم کاشف کلیم کرن نیل کرنل نذر حسین لالہ رخ محمد  
 ابراہیم محمد ارشاد محمد ارشد محمد اسحاق محمد اسلم شاہ محمد اسلم  
 بیگ محمد افضل محمد اقبال محمد اقبال محمد انور کمال محمد انور محمد  
 بخش محمد حسین محمد رضا فریدی محمد رضوان محمد زاہد محمد سعید  
 الطیر محمد شاہد سعید محمد شہزاد محمد صادق محمد طاہر محمد طاہر  
 رضوان محمد طاہر جاوید محمد عارف محمد عاصم محمد عظیم محمد علی  
 رضا محمد علی محمد سعید محمد فیاض محمد فیاض شاہ محمد فیصل محمد  
 گزار محمد نور محمد نعیم محمد یعقوب مشتاق خان معاذ صدیقی۔  
 ملک عابد شاہ ملک عابد ملک کاشف ملک کاشف ملک محمد حنیف۔  
 منشی نور منشی یونس منشی یاور منیر احمد مسر سکندر میر محمد حسین۔  
 میاں احمد بخش میاں الطیر میاں ساجد حسام میاں محمد نواز نازش  
 جمیل نازش علی ناصر علی ناصر جمال نجمہ وحیدہ ندیم قادری۔  
 زہمت یحییٰ زہمت ریاض زہرتین جمیل زہرتین حیدر نمرہ خان۔  
 نمرہ گل نوازش علی نوری احمد وہاب ریاض وہاب خلیل ڈاکٹر  
 غلام علی ڈاکٹر محمد ارشاد یحییٰ یونس۔  
**انک :-** آصف آغا جان آفتاب احمد آفتاب جمال آفتاب  
 حسین آفتاب امتیاز خان احسان الدین امر شاہ ارشد عمران۔  
 ارم خوشنود اربیعہ نوید افشار انجم بلال انور مقصود اویس  
 مریم امین شاہد شیر احمد بیگم عبدالرزاق پروین اختر تیمور احمد۔  
 تیمور نذر جویریہ شاہین حاجی خوشنود احمد حاجی عبدالرزاق حاجی  
 عبدالعزیز احمد نواز حیدر احمد حیرا یحییٰ ربیعہ خوشنود راج  
 بیگم روینہ نصیر زاہدہ یحییٰ زاہدہ تیم سجاد سعید احمد سعید  
 خان سعیدہ بی بی سہیل خوشنود شاذیہ شہباز نذر شاہد محمود  
 شاہدہ یحییٰ شہباز تیم شکیلہ احمد منی بی شہباز شیر ارجل۔

صاحبہ شیرازہ صادق صفرائی بی بی طارق سعید طارق محمود طیبہ۔  
 عابد علی شاد عابدہ صادق عابد الدین عباس علی فاروقی عبدالرشید۔  
 عبدالوہید عامر امتیاز عدنان نذر عذرا بی بی عذرا مقصود عظمت  
 سلطان عظیم صدیقی عزیزین اسلم فیصل سلطان فیصل  
 خوشنود کاشف عظیم گلزار عظیم اللہ بخش ماہین مبارک علی۔  
 مجتہد عالم محمد احمد سلمان محمد ارسلان محمد اسلم ملک محمد آصف  
 صادق محمد اعظم محمد انور جاوید محمد حسین محمد سلیم محمد سلیم  
 حیدر محمد صادق محمد فرحان شاہد محمد قیوم محمد سکین محمد نعمان  
 صادق محمد عثمان صادق محمود عالم محمود درخ عالم مدیحہ وقار۔  
 مریم مشتاق مریم سعید مصباح وقاص ملک گل باب دین نادر  
 اعجاز نادیہ انور نادیہ بی بی ناصر اویس ندیم اویس نسیم فردوس۔  
 نصیر الدین نفیس احمد نجیب عباس نور البشیر نوید اسلم قویہ  
 خوشنود وابدہ قاریہ ویم صدیقی ہارہہ شیرازہ۔  
**جہلم :-** آسانہ گزار آسانہ احمد اقبال بیگم حبیب احمد۔  
 جنازہ جنا خان نور راشد محمود ربیعہ طارق رشیدہ تیمور زبیدہ کوش  
 سجاد حسین سلمان احمد سلیم بی بی سعید قریشی اللہ سعید منظور حسین  
 شاہد شگفتہ بیگم صائتہ بیگم طاہرہ نظیر حسین عابدہ شاہین عالیہ  
 کوش عثمان احمد عدیل امیرت عدیل احمد عظمت علی شاہ فرحت  
 یحییٰ فریدہ خانم فریدہ کوش فریدہ بیگم قاری ارشاد حسین ڈار۔  
 کلثوم بی بی محفوظہ بیگم محمد اعجاز محمد اعجاز محمد عظیم محمد  
 قرہ محمد مسعود محمد یاسر محمود محمد آصف محمد یعقوب مدیحہ طارق۔  
 مس مقصودہ مقبول بیگم منیر حسین نائلہ حنیف شاہد اختر نعمان  
 احمد نقوی نوید احمد دلایت بیگم ڈاکٹر تیمور حسین۔  
**شیخوپورہ :-** امتیاز پائی بشری سلطانہ بلال سعید پروین  
 اختر تیمور جمیلہ اختر جنت بی بی جنیدہ حسن بی بی خادہ دیلا  
 رخسانہ رضیہ پروین رضیہ ظفر رفعت رشیدہ رحمان زبیدہ۔  
 فوزیہ سحر انجم سعیدہ امیر انوار شاذیہ شکیلہ صدیقی شہباز  
 اختر صاحبہ زین عابدہ شفیق عارف محمود عطلی شہزادی فرحانہ  
 بتول فرحانہ یحییٰ کاشف مزمل کوش اللہ یعنی اشرف محمد  
 احتشام محمد اسحاق محمد شفیق محمد وقار احمد مسرت فوز مسرت  
 ہاشمی نادیہ اشرف نادیہ جاوید ناصرہ تیم نوید سعید۔  
**شاہ کوٹ :-** امت الرشید انوری یعقوب پروین اختر۔  
 پروین تسنیم اختر شاہد جمیلہ اختر جنت بی بی چیمہ گلشن۔  
 زبیدہ سحر انجم سفید بی بی سعید انوار شاذیہ اشرف شاذیہ انجم۔  
 شاکلہ نورین شہباز اختر عابدہ شفیق عارف محمود عطلی اشرف۔  
 عطلی شہزادی کوش اللہ یعنی اشرف مسرت افزا نادیہ پروین۔  
 یاسر حسین۔

**کوٹ اڈو :-** اشرف علی اقصی اشرف اکبر علی ابان اللہ۔  
 امتیاز علی بابر حسین بشری بابر شاکتہ جاوید اقبال چوہدری اصغر  
 علی جناب فاطمہ راشد تاج محمود رفعت بی بی روینہ شاہین سعیدہ  
 حمید سکینہ بی بی شکیلہ احمد شاکلہ بابر شہیم اختر صابرہ بی بی ظفر  
 اقبال عاقب ستار عباس علی عبدالغنی عبدالحمید امجد امجد امجد  
 کرمانی عبدالرحمن عبدالستار خان عبداللطیف عبدالقاسم عطا  
 محمد غلام مصطفیٰ فیصل شہزاد قیصر امین محفوظ الرحمن محمد احمد  
 غفور محمد اختر محمد اشرف محمد اشرف محمد اویس بابر محمد برہان۔  
 محمد بلال بخاری محمد تیمور محمد شاہد ندیم محمد شہر ذہ محمد صابر۔  
 محمد عابد محمد یحییٰ محمود اشرف مدیحہ بابر مستنصر باللہ ندیم مظفر  
 مہدی میاں عبدالرؤف ناصرہ پروین نفیس ستار ڈاکٹر عارف  
 صدیقی یحییٰ شاہد۔  
**سانگھڑ :-** احسان خان اصغر علی بی بی احمد شیر بلال۔  
 پروین اقبال پروین جاوید احمد جہاں زیب خان حادث خان۔  
 خالد غلیل احمد زینہ دروانی ذیشان رانی رحمانہ شاہین زبیر  
 احمد ساجد خان ساجد صدیق سرفراز سلمان شاذیہ سلمان۔  
 شاہدہ نور شاہین اختر شاکتہ بیگم شادہ یحییٰ شہیر شجاعت علی۔  
 صابرہ صدیق ساجد احمد طوٹی انجم عادل بیگ عادل بیگ۔  
 عارف بیگ عبدالغفار قیش الرحمن عرفان الزہاں عروسہ  
 ریاض علی اصغر عمر عبدالغفار خان عزیزین غلام رضا۔  
 فرحان قیسانہ کانات کاشف کاشف مظہر کبریٰ کوش محمد  
 افضل محمد اویس محمد حماد محمد خرم محمد تیمور محمد طارق محمد علی۔  
 محمد عمر ارشاد محمد مشتاق معروف مقصود آصف مہرین گل۔  
 ندیم احمد نصرت علی نعمان نصیر نورالحمین نوید وحید ڈاکٹر  
 نعیم یوسف۔  
**سکھر :-** اسد علی اعوان اقبال مرتضیٰ الیاس امیر حبیبہ۔  
 امینہ انور حسین بلال احمد جمیل حسین جویریہ اسد حنظلہ حبیب  
 رانی زینبہ بانو سعیدہ عظمت علی شاہ شارخ شاذیہ شکیلہ اسد۔  
 صاحبہ منیر صاحبہ طلحہ فرزانہ جمیل کاشف محمد اسلم محمد سلیم۔  
 محمد عظیم محمد یعقوب مس عالیہ بی بی مسز خوشنود مسز فریدہ  
 مقبول بیگم منسوب احمد موٹا میجر طارق نعیم محبوب عالم۔  
**اوکاڑہ :-** اصغر بی بانو الطیر امیر خان افشار اسرار ابان  
 اللہ امت الکیم انیس بانو اورنگ زبیدہ برکت بشر بی بی۔  
 بشری بشرین بلقیس قادری پروین اختر پروین بیگم پروین  
 شاہدہ بشرین شادہ اقبال ثروت شریہ ثمرین بیگم ثمرین حنا  
 جمال جنت جہاں زیب حبیب اللہ حنا حنیف مدیحہ خالد۔  
 خورشید بیگم ذوق علی رانی رشیدہ رحمتہ رقیہ رحمان اقبال۔

زبیدہ زبیدہ خاتون سارہ خاتون سعیدہ بیگم سہیل احمد سید زین  
 اللہ اللہ سید مظہر حسین سیدہ رشیدہ بیگم شادہ شادہ سید شادہ  
 کوش شریفہ شفیق شمس الحق شہیم صابری امداد صدیق بیگم۔  
 صدیق صف اللہ فاروقی صفیہ صوبیر فطیل خان ظہور احمد۔  
 نظیر عابد خالد عابد مقصود عالیہ بیگم عبدالوہید غوری۔  
 عبدالجبار عبدالرحمن عبداللہ عبدالعزیز بیگم عطیہ۔  
 عمر دین سنی فرح فضل دین قاسم لال دین محمد احمد محمد  
 اعظم محمد قبال محمد اکرم محمد سلیم محمد شیخ محمد حسن محمد نواز۔  
 محمود مختار اللہ مختار علی مرزا سعید الدین مرزا عاطف بیگ۔  
 مرزا عاطف مرزا آصف مسرود حسین مسز الطیر علی مشتاق۔  
 مشتری بیگم مقبول احمد ندیم احمد نسیم شادہ نگار سلطانہ نوری  
 بی نور محمد وحید الدین وحیدہ وحیدان وزیر اللہ ویم ولی ولی  
 محمد ہارہہ ہما غار ان یحییٰ یونس۔  
**ایس ایس کے ذریعے محفل  
 مراقبہ میں  
 شرکت کرنے والوں کے نام :-**  
 احسن عارف احمد خان اخلاق احمد ارشد صدیقی ارم نازہ اسماء  
 جاوید اسماء فاروقی اسماء احمد اشتیاق احمد اشتیاق احمد آفتاب احمد۔  
 افشار اکبر افشار عارف امینہ امینہ انظار خان انور جہاں انور  
 حسین قریشی انوش جنین امجد اکبر بابر بشیر انصاری بشیرا بی بی  
 بی بی بیگم بانو بیکم رحمت جبین شریہ جمیل شمرین شہینہ  
 جمیل شہینہ فاروقی شہینہ کوش شادہ ندیم ثویبہ جمیل نظر جمال  
 الدین بیگم جمیل الرحمن حامد حسین حبیبہ کوش حرا اشتیاق۔  
 حبیب الرحمن حسین عبداللہ حینہ حماد صفور حماد علی حمیرا  
 خاتون حنا فاطمہ خالدہ خدیجہ کامران خواجہ شاہد محمود ذمذمہ ذکیہ  
 احمد ذوالفقار شاہ ذیشان سکینہ راشد اللہ رخسانہ رضوانہ نازہ  
 رضیہ ارشدہ رضیہ بیگم رحزہ انجم روینہ بانو روینہ پروین روینہ  
 زین ریاض احمد رحمانہ بانو زاہد انور زاہد زبیدہ انور روینہ  
 اختر زین نامیہ زلفی شاہد زیب اللہ زیب جہاں زین  
 العابدین سارہ سعیدہ نسیم سعیدہ سکلی فرح سلطی شہزاد سلیم۔  
 سہیل فیاض سید ساجد حسین سید طارق مسعود سید یاسر حسین سیما  
 حسن سیما یونس شاد احمد شاذیہ اسماعیل شاذیہ مغل شاذیہ  
 وحید شاہ جہاں شاہ نواز شاہجہاں شاہد انور شاہد جمال شاہد  
 حسن شادہ شاہد شریف بی بی شمس الحسن شمع حمیم اختر حمیم  
 ریاض شہزاد احمد صاحبہ ذیشان طاہرہ بیگم عائشہ رفیق عائشہ  
 نعیم عابدہ مشتاق عادل حسین عاصم اخلاق عاصمہ فیصل۔



# افق

## روحانی مشن کی سیر میں سرگرمیوں پر مبنی روحانی

امام حضرت قلندر بابا اولیاء کے یوم وصال کی تقریب میں سلسلہ عظیمیہ کے مرشد حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی اور سلسلہ عظیمیہ شعبہ تنظیم کے نگران ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی کے خطاب کی ویڈیو ریکارڈنگ پیش کی گئی۔

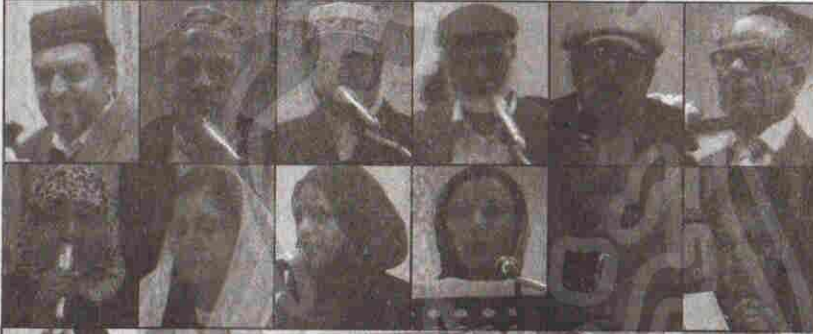
حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب نے اپنے خطاب میں فرمایا:

”انسان کی اصل مادی جسم نہیں ہے۔ انسان کی

سیر و ن پاکستان، مختلف ممالک میں قلندر بابا اولیاء کے تینتیسویں یوم وصال کی تقریبات کا احوال

لندن، انگلینڈ: (رپورٹ: مصباح قریشی)

مراقبہ ہال لندن کے زیر اہتمام سلسلہ عظیمیہ کے



لسدن، انگلینڈ: نگران مراقبہ ہال محمد علی شاہ، عبدالرزاق، غلام ربانی، مدبر حسین قریشی، مہوش طارق، وحیدہ مجید، مصباح قریشی، ممتاز بیگم خان اور دیگر مقررین حاضرین محفل سے مخاطب ہیں۔

فروری ۲۰۱۷ء

# حسب اللہ

ترجمہ: ”ہمارے لیے اللہ کافی ہے اور وہی بہترین کارساز ہے۔“

(سورہ آل عمران: آیت 173)

مراقبہ ہال ملتان

نگران: کنور محمد طارق عظیمی

947/A، ممتاز آباد پی سی جی چوک، ملتان

پوسٹ کوڈ: 60600

فون نمبر: 061-6525331



مسی ساگا، کینیڈا: نگران مراقبہ ہال رشیدہ جیلانی، سلمان سلطان، شازہ ہیر، سائرہ ہارون، فرحین عامر اور قدسیہ صدیقی حاضرین محفل سے مخاطب ہیں۔ احتشام الحق نظامت کے فرائض ادا کر رہے ہیں۔ آصف رسول، کامران عالم، علی نقوی، ندیم شاہ اور دیگر خواہن نعت رسول مقبول ﷺ پیش کر رہی ہیں۔

اصل روح ہے، زندگی کا درود اور جسمانی گوشت پوست کے بجائے روح کے اوپر ہے۔ جس طرح گھریلو استعمال کی اشیاء ریفریجریٹر، پگھلا، بلب وغیرہ بجلی کی فراہمی منقطع ہوجانے کے بعد بے کار سی شے بن جاتے ہیں اسی طرح آدمی کو ملنے والی توانائی اگر منقطع ہوجائے تو وہ مردہ ہوجاتا ہے۔ ہمارے جسم میں روشنیوں کے جسم کی وجہ سے ہمیں انرجی مل رہی ہے، ہمارا جسم چل رہا ہے، ہم زندہ ہیں، جو چیز آدمی کو چلا رہی ہے اس کا نام انرجی رکھیں، توانائی رکھیں۔ مذہب اس کا نام روح رکھتی ہے۔ اس کا مطلب ہے کہ ہمارا مادی جسم روح کے تابع ہے، جب تک روح کی تحریکات زندگی سے متعلق اطلاعات ملتی رہیں گی تو آدمی حرکت میں رہے گا اور جس روز سورس آف انفارمیشن کا سلسلہ ٹوٹ جائے گا۔ آدمی مر جائے گا، حضور ﷺ کی حدیث ”جس نے اپنے نفس (روح) کو پچھانا اس نے اپنے رب کو پچھانا اس بات کی متقاضی ہے کہ ہم اپنی روح سے واقف ہوجائیں۔“

ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی صاحب نے اپنے خطاب میں فرمایا: ”اسلام کی ترویج میں سب سے زیادہ حصہ

میں مسلمان سلطان، شازہ ہیر، سائرہ ہارون، فرحین عامر اور قدسیہ صدیقی حاضرین محفل سے مخاطب ہیں۔ احتشام الحق نظامت کے فرائض ادا کر رہے ہیں۔ آصف رسول، کامران عالم، علی نقوی، ندیم شاہ اور دیگر خواہن نعت رسول مقبول ﷺ پیش کر رہی ہیں۔



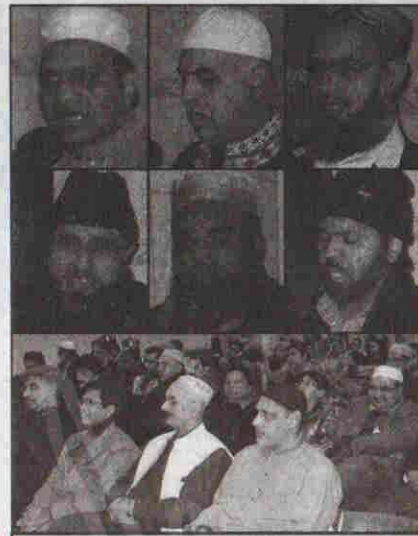
نیویارک، امریکہ: نگران مراقبہ ہال وقار عباس، فضل الرحمن، اقبال کھوکھر، اپنے خیالات کا اظہار کر رہے ہیں، جبکہ دیگر خواہن حضرات ہدیہ نعت رسول مقبول ﷺ پیش کر رہے ہیں۔

ادویہ پیش کی۔ ممتاز بیگم خان نے سلسلہ عظیمیہ کا تعارف، غلام ربانی نے سلسلہ عظیمیہ کی تاریخ اور مہوش طارق نے اغراض و مقاصد بیان کیے۔ عظیمیہ فاؤنڈیشن یو کے صدر عبد الرؤف، وحیدہ مجید اور نگران مراقبہ ہال لندن محمد علی شاہ نے مقالات پیش کیے۔ تقریب کے اختتام پر درود و سلام اور اجتماعی دعا کی گئی۔

مسی ساگا، کینیڈا: (رپورٹ: سلمان سلطان) عظیمیہ اسپرینچل اینڈ ہیلتھ سینٹر کے زیر اہتمام حضور قلندر بابا اولیاء کے عرس کی تقریب سجانی سینکٹ ہال (جامع ریاض الجنیت) میں منعقد ہوئی، مرشد کریم حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی کا ریکارڈ شدہ پیغام سنایا گیا۔ قبل ازیں تلاوت کلام پاک کی سعادت ظفر عالم نے حاصل کی۔ مہوش صدیقی، کامران عالم، سرمد، علی نقوی، ندیم شاہ اور آصف رسول نے نعتیہ کلام پیش کیا۔ تحسین فاطمہ اور قدسیہ صدیقی نے حضور قلندر بابا اولیاء کی تعلیمات اور فرحین عامر نے مراقبہ کے فوائد پر روشنی ڈالی، دیگر مقررین میں سلمان سلطان، شازہ ہیر، سائرہ ہارون شامل تھیں۔ نظامت کے فرائض احتشام الحق نے ادا کیے۔ نگران مراقبہ ہال رشیدہ جیلانی نے اختتامی کلمات ادا کیے۔ آخر میں ذکر، مراقبہ اور دعا کرائی گئی۔

نیویارک، امریکہ: (رپورٹ: محمد ناصر الدین) قلمدر بابا اولیاء کے تینتیسویں یوم وصال کی تقریب لاگب آئی لینڈ، نیویارک میں منعقد ہوئی۔ اس تقریب میں مراقبہ ہال ورچینیا کے نگران فضل الرحمن اور امریکہ کے کینیڈا سے شایع ہونے والے اخبار ”میڈیا ٹوڈے“ کے چیف پیبشر اقبال کھوکھر مہمان خصوصی تھے۔ پروگرام کا آغاز حسین ارشد نے تلاوت کلام پاک اور وقار عباس نے حمد باری تعالیٰ سے کیا، تمیز، عمیرہ، عریشہ، حسین ارشد، زاہدہ، صفیہ، قرآء، امرت فاطمہ اور شایبہ نے نعت رسول ﷺ کی سعادت حاصل کی۔ طلعت اور میمون نے منقبت اور قلندر بابا اولیاء کی رباعیات پیش کیں۔ نگران مراقبہ ہال وقار عباس نے حاضرین مجلس کو خوش آمدید کہا۔ پروگرام کے دوران ندیم احسن، سید قیصر، تمیز، سیدہ زارا فاطمہ، کاشف، فضل الرحمن اور مہمان خصوصی اقبال کھوکھر نے مقالات پیش کیے۔ سزا انجم وقار نے نظامت کے فرائض انجام دیے۔ اس تقریب میں سلسلہ عظیمیہ کے مرشد جناب خواجہ شمس الدین عظیمی کا خطاب سنایا گیا۔ تقریب کے اختتام پر درود و سلام اور اجتماعی دعا کی گئی۔

گلاسگو، انگلینڈ: (رپورٹ: ریاض جعفر) یوم وصال کی تقریب کیونٹی ہال، گلاسگو میں منعقد کی گئی۔ حافظ شہزاد نے تلاوت قرآن پاک، سلمیٰ نعیم نے



دی ہیگ، ہالینڈ: نگران مراقبہ ہال حاجی محمد جاوید، حافظ مجیب احمد نوشاہی قادری، علامہ سید افتخار حسین شاہ، علامہ قادری محمد حنیف نقشبندی اور دیگر حاضرین سے مخاطب ہیں۔

حمد و نعت اور ریاض جعفر نے منقبت پیش کی۔ نگران مراقبہ ہال نعیم احمد نے حاضرین کی آمد کا شکر یہ ادا کیا۔ دوران تقریب خواجہ شمس الدین عظیمی کے خطاب کی ویڈیو دکھائی گئی۔ آخر میں مراقبہ اور دعا ہوئی۔

ایڈیلیڈ، آسٹریلیا: (رپورٹ: محمد رحمن)

تقریب کا آغاز تلاوت قرآن پاک سے ہوا، قیصر سلطنت نے ہدیہ نعت پیش کی۔ نگران مراقبہ ہال محمد رحمن نے قلندر بابا اولیاءؒ کے حالات زندگی اور سلسلہ عظیمیہ کے اغراض و مقاصد بیان کیے۔ حاضرین کو حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی کے خصوصی خطاب کی ویڈیو دکھائی گئی۔ آخر میں اجتماع دعا ہوئی۔

میساچیوسٹس، امریکہ:

تقریب کے آغاز پر تلاوت کلام پاک کی سعادت

جمیل احمد نے حاصل کی۔ شاہینہ نے قلندر بابا کے حالات زندگی پر روشنی ڈالی، بعد ازاں مرشد کریم حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب کے خطاب کی ویڈیو پیش کی گئی۔ نگران مراقبہ ہال فیاض حکیم نے مقالہ پیش کیا۔ آخر میں اجتماعی ذکر، مراقبہ اور دعا ہوئی۔

### دی ہیگ، ہالینڈ:

حضور قلندر بابا اولیاءؒ کے یوم وصال کی تقریب میں ہالینڈ اور بلجیئم سے کثیر تعداد میں عقیدت مندوں نے شرکت کی۔ حافظ مجیب احمد نوشاہی قادری نے تلاوت جبکہ چوہدری سعید اختر مہر، حمزہ قادری، محمد صادق بٹ، خالد ملک، مظہر ملک، میاں مظفر اور حافظ محمد شعیب نے نعت پیش کی۔

نگران مراقبہ ہال ہالینڈ حاجی محمد جاوید نے تمام مہمانوں کو خوش آمدید کہا۔ سید افتخار حسین شاہ اور محمد حنیف نقشبندی نے مقالات پیش کیے۔ آخر میں اجتماعی ذکر و مراقبہ اور دعا کرانی گئی۔



### بقیہ: روحانی بیگ رائٹر زکلب

آرہے ہیں۔ ہر کوئی آنکھوں ہی آنکھوں میں یہ سوال کر رہا تھا کہ ”یار یہ کیا ہو گیا...؟ پرچہ کیسے تبدیل ہو گیا...؟“

کئی ہفتے گزر گئے۔ آخر ایک روز یہ بھانڈا پھوٹا کہ جو سوالیہ پرچہ خریدا گیا تھا دراصل ایک طالب علم کی شرارت تھی جس نے لوگوں کو بے وقوف بنانے کے لیے یہ حرکت کی تھی۔ ہمیں بہت ندامت ہوئی اور ہم نے توبہ کر لی کہ آئندہ کبھی بھی امپورنٹ، ویری امپورنٹ یا گیس پیپر زکو بھی بھی ہاتھ نہیں لگائیں گے بلکہ اپنی محنت

پر اصرار کریں گے۔



### بقیہ: میوے کھانے کا موسم

نہار منہ اور ایک رات کو سوتے وقت کھلائیں۔ یہ بار بار پیشاب آنے کی تکلیف کو دور کرتا ہے، بستر پر پیشاب کر دیے والے بچوں کو کھلایا جائے تو ان کی یہ تکلیف دور ہو جاتی ہے۔

### مونگ پھلی

موسم سرما کا مقبول عام و سستا ترین خشک میوہ ہے۔

مقوی اعصاب ہے، یہ اخروٹ کا متبادل تصور کیا جاتا ہے، کیونکہ اس میں وٹامن بی ون، پروٹین، کیشیم اور فاسفورس ہوتا ہے۔

مونگ پھلی کا نصف جسم کو منسوب کرنے کے لیے: مونگ پھلی مغز میں گرام، خشکاش بیس گرام، بادام بیس گرام، مغز چلنوزہ بیس گرام، تل سفید بیس گرام، ناریل بیس گرام، شکر 150 گرام، مکھن بیس گرام۔ مغزیات اور شکر کو الگ الگ باریک پیس کر گھی کی مدد سے لڈو بنائیں۔ صبح و شام ایک ایک لڈو دودھ سے استعمال کریں۔



### نگران مراقبہ ہال حیدرآباد ممتاز علی عظیمی کی والدہ انتقال کر گئیں

نگران مراقبہ ہال گلشن شہباز، حیدرآباد، ممتاز علی عظیمی کی والدہ محترمہ عزیز فاطمہ رضوانی سے انتقال کر گئیں۔

### ان اللہ وانا الیہ راجعون

مرحومہ کی نماز جنازہ اور تدفین میں اہل عیال و عزیز و اقارب کے علاوہ معززین شہر آفتاب عالم، ڈاکٹر کاظم جتینی، محمد شاہد، محمد شعیب، جبکہ مرکزی مراقبہ ہال کراچی سے سہیل احمد عظیمی، مراقبہ ہال نوابشاہ سے منصور اور میر پور خاص سے عبدالرحمن سمیت حیدرآباد اور اس کے اضلاع سے سلسلہ عظیمیہ کے اراکین نے بڑی تعداد میں شرکت کی۔

### فیصل آباد کے سرگرم رکن قاضی اقبال عظیمی کے صاحبزادے انتقال کر گئے

فیصل آباد کے سینئر اور سرگرم رکن قاضی اقبال عظیمی کے جو ان سال صاحبزادے سہیل اقبال انتقال کر گئے۔

### ان اللہ وانا الیہ راجعون

مرحوم کی نماز جنازہ اور تدفین میں اہل عیال و عزیز و اقارب کے علاوہ فیصل آباد مراقبہ ہال کے نگران رانا صادق محمود، عبدالرشید، عبدالحمید، اشفاق عنبر، رانا نجل، گوجرانوالہ سے رانا کفیل، ٹوبہ ٹیک سنگھ سے محمد اشتیاق اور سلسلہ عظیمیہ کے اراکین نے بڑی تعداد میں شرکت کی۔

ادارہ روحانی ڈائجسٹ ممتاز علی اور قاضی اقبال کے غم میں شریک ہے اور دعا گو ہے کہ اللہ تعالیٰ مرحومین کو جنت الفردوس میں اعلیٰ مقام عطا فرمائے اور لواحقین کو صبر جمیل عطا ہو۔

معالج و محقق، کالم نگار ڈاکٹر و فوٹو گرافر یوسف عظیمی کی نئی کتاب

## نظر بد اور شر سے حفاظت

جنات کی حقیقت....

جنات انسان کو بیمار ڈال سکتے ہیں....؟

انسانوں کے معاملات خراب کر سکتے ہیں....؟

قرآن و سنت اور بزرگوں کی تعلیمات سے رہنمائی.....

اس کتاب میں نظر بد، حسد، سحر اور جادو سے نجات کے لیے اور ان سے حفاظت کے لیے قرآنی آیات، احادیث نبوی ﷺ اور اولیاء اللہ کی تعلیمات سے اخذ کردہ وظائف اور دعائیں تحریر کی گئی ہیں۔

ڈاکٹر صاحب نے اپنے کئی تجربات و مشاہدات بھی اس کتاب میں بیان کیے ہیں۔

ڈاکٹر و قاریوسف عظیمی گزشتہ کئی ماہ سے اس کتاب کی تصنیف و تالیف میں مصروف ہیں۔

اللہ تعالیٰ کے کرم، طیب اعظم علیہ السلام کے صدقے، حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب کی رہنمائی، توجہ اور تصرف اور محبین کی دعاؤں کے ساتھ یہ تحقیقی کام اب تکمیل کے آخری مراحل میں ہے۔ انشاء اللہ تعالیٰ زیور طبع سے آراستہ ہو کر یہ کتاب جلد شائع ہوگی۔

فٹاریں اپنی کاپی بذریعہ رجسٹرڈ ڈاک گھر بیٹھے منگوا سکتے ہیں۔

مزید تفصیلات کے لیے رابطہ کیجیے۔

سرکولیشن ڈیپارٹمنٹ روحانی ڈائجسٹ

021-36606329

0300-2359009

manager\_roohanidigest@yahoo.com

موبائل:

ای میل:



### حاسدین کی نظر

☆☆☆

سوال: میں اپنے ساس، ایک بیوی تند کے ساتھ رہتی ہوں۔ میری دو بیٹیاں اور ایک بھی بیٹا ہے۔ میرے شوہر بیرون ملک میں مقیم ہیں۔ کچھ عرصے سے ہمارے گھر میں کچھ عجیب و غریب قسم کے واقعات ہو رہے ہیں۔ گھر سے قیمتی اشیاء رکھے رکھے غائب ہو جاتی ہیں۔ روپے پیسے بھی اسی طرح غائب ہو جاتے ہیں۔ گھر کا ہر فرد اس صورتحال سے بہت خوفزدہ ہے۔ بعض اوقات گھر کے کسی فرد کو رات کے وقت اندھیرے میں عجیب و غریب ڈراؤنی شکلیں بھی دکھائی دیتی ہیں۔

ہمیں یہ شک بھی ہوتا ہے کہ کہیں اس خاندان کو حاسدین کی نظر تو نہیں لگ گئی۔

جواب: صبح نہار منہ اور شام کے وقت گھر کے افراد ایک ایک چھ شہد پر سورہ فلق تین مرتبہ پڑھ کر دم کر کے پھریں۔ یہ عمل آٹالیس روز تک جاری رکھیں۔

دن میں کوئی بھی وقت مقرر کر کے سارے گھر میں

لوبانی کی دھوئیں دیں۔ ایک ڈیڑھ پاؤ لوبان لے کر موٹا موٹا کوٹ لیں پھر ایک ہی نشست میں آٹالیس مرتبہ سورہ فلق پڑھ کر لوبان پر دم کر دیں۔

اب اس لوبان سے پورے گھر میں ہر طرف اس وقت دھوئی دیں جب گھر کے سب لوگ موجود ہوں۔ دھوئی کے اس عمل کو لگاتار گیارہ دن تک جاری رکھیں۔ اس کے بعد ہفتہ میں دو دن مقرر کر کے دھوئی دیں۔

رات سونے سے پہلے اکیس مرتبہ  
لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ  
الْحَسَنُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ  
تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے اور اہل خانہ کے اوپر دم کر لیں۔

حسب استطاعت صدقہ بھی کر دیں اور ہر جمعرات پندرہ روپے خیرات کر دیں۔ افراد خانہ نمک کا استعمال کم سے کم کر دیں اور بیٹھا زیادہ استعمال کیا جائے۔

ضد یبیتا

☆☆☆

سوال: میری دو بیٹیاں اور دو بیٹے ہیں۔ لڑکیاں

فروری ۲۰۱۲ء

## عظیمی ریکی سینٹر..... تاثرات

(فائزہ شہاب - کراچی)

کافی عرصے سے میرے سر میں مستقل درد رہتا تھا۔ کبھی آدھے سر میں درد ہوتا تھا تو کبھی پورے سر میں یہ درد پھیل جاتا تھا۔ مجھے غصہ بھی بہت آتا تھا۔ جب بھی سوئی تھی تو میرا ذہن چلتا تھا.... اور خیالات آتے رہتے تھے۔ جس کی وجہ سے ذہن پر ہر وقت ایک بوجھ سا تھا۔ میں نے ان بیماریوں کا علاج بہت کروایا مگر فائدہ نہیں ہوا۔ میں جب بھی کوئی کام کرتی تو جلد ہی تھک جاتی تھی۔

عظیمی ریکی سینٹر کے بارے میں روحانی ڈاکٹر جسٹس میں پڑھا تو میں نے یہاں رابطہ کیا، یہاں پر میرا علاج شروع ہوا تین مہینے کے علاج کے بعد میں اب گھر کے تمام کاموں میں شریک رہتی ہوں مگر ٹھکن کا احساس بالکل نہیں ہوتا ہے۔ اب تک چند ہی سیشن ہوئے ہیں۔ جس سے مجھے کافی فائدہ ہوا ہے۔ میرے غصہ میں بھی کمی ہوئی ہے۔ نیند بھی اچھی آتی ہے اور سو کر اٹھنے کے بعد ٹھکن کا احساس نہیں ہوتا ہے۔ میں اللہ تعالیٰ کے کرم سے صحت یاب ہونے لگی ہوں۔

دعا کریں۔ یہ عمل چالیس روز تک جاری رکھیں۔  
چیزیں غائب ہوئی ہیں جن کا میں نے شوہر سے ذکر کیا تو  
پلٹے پلٹے وضو کثرت سے کیا عَلَيْنِمُ کا ورد  
شہرہ من کر خاموش ہو گئے۔ اب میرے شوہر کے رویے  
میں بھی تبدیلی آنے لگی ہے۔

میں امید سے ہوں۔ یہ بات جب ساس کو بتا چلی تو  
انہوں نے مجھے سیکے جھجوا دیا۔ شوہر ایک دودھ مجھے دیکھنے  
بھی آئے مگر پریشان اور خاموش رہے۔

سوال: میری شادی کو پڑھ سال ہو گیا ہے۔ یہ  
شادی ہم دونوں کی پسند سے ہوئی ہے۔ مسئلہ یہ ہے کہ  
جب سے شادی ہوئی ہے ان کے گھر والوں اور خاص  
طور پر ساس کا رویہ میرے ساتھ بہت نامناسب رہا ہے  
لیکن میں نے صبر سے کام لیا۔ کبھی کبھی اپنے شوہر سے  
زیادتی کا ذکر کرتی۔ میں زیادہ تر اپنے کمرے میں ہی رہتی  
ہوں۔ جب یہ لوگ مجھے بہت زیادہ پریشان کرتے ہیں تو  
میں اپنے شوہر کی اجازت سے سیکے آجاتی ہوں۔ آٹھ دن  
دن رہنے کے بعد مجھے شوہر والوں سے مل جاتے ہیں۔ ایسا اب  
تک تین مرتبہ ہو چکا ہے۔

سوال: اب سسرال والوں کے رویے میں شدت آگئی  
ہے۔ انہوں نے تنگ کرنے کے ساتھ ساتھ مجھ پر چوری  
کا الزام بھی لگانا شروع کر دیا ہے۔ جب کہ میری بہت سی  
چیزیں غائب ہوئی ہیں جن کا میں نے شوہر سے ذکر کیا تو  
پلٹے پلٹے وضو کثرت سے کیا عَلَيْنِمُ کا ورد  
شہرہ من کر خاموش ہو گئے۔ اب میرے شوہر کے رویے  
میں بھی تبدیلی آنے لگی ہے۔

سوال: اب سسرال والوں کے رویے میں شدت آگئی  
ہے۔ انہوں نے تنگ کرنے کے ساتھ ساتھ مجھ پر چوری  
کا الزام بھی لگانا شروع کر دیا ہے۔ جب کہ میری بہت سی  
چیزیں غائب ہوئی ہیں جن کا میں نے شوہر سے ذکر کیا تو  
پلٹے پلٹے وضو کثرت سے کیا عَلَيْنِمُ کا ورد  
شہرہ من کر خاموش رہے۔

بڑی ہیں اور دونوں شادی شدہ ہیں اور بیرون ملک مقیم  
ہیں۔ سب سے چھوٹا بیٹا ہے جس کی عمر تیس سال  
ہے۔ تین سال قبل میں نے اپنے بیٹے کے لیے ایک  
شریف اور تعلیم یافتہ گھرانے میں رشتہ طے کرنا چاہا  
تھا۔ سب بات پکی تھی، جب اس سے بات کی تو کہنے لگا کہ  
ابھی ٹھہر جائیں۔ کافی وقت گزرنے کے بعد جب میں نے  
اصرار کیا کہ کیوں دیر کر رہے ہو تو اس نے کہا کہ میں آپ  
کو لڑکی بتاؤں گا وہ لڑکی اس سے بہت اچھی ہے۔

انعام (6) کی آیت نمبر 54  
وَإِذَا جَاءَكَ الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِآيَاتِنَا فَقُلْ سَلَامٌ  
عَلَيْكُمْ مِمَّنْ كَتَبَ رَبُّكُمْ عَلَى نَفْسِهِ الرَّحْمَةَ إِنَّهُ  
مَنْ عَمِلَ مِنْكُمْ سُوءًا بِجَهَالَةٍ ثُمَّ تَابَ مِنْ  
بَعْدِهِ وَأَصْلَحَ فَإِنَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ ○

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر بیٹے کا  
تصور کر کے دم کر دیں اور اللہ تعالیٰ کے حضور دعا کریں۔  
کتابیں جلا دوں....

سوال: میری عمر بائیس سال ہے۔ میں بی بی کام میں  
ہوں۔ تین سال پہلے میں پڑھائی بہت اچھا تھا۔ میرے  
والدین مجھ سے بہت پر امید تھے۔ ہر کوئی میری پڑھائی کی  
تعریف کیا کرتا تھا لیکن پھر نجانے کیا ہوا کہ میرا دل  
پڑھائی سے بے زار ہو گیا۔

اب میں پڑھنے بھی نہیں بیٹھتا، مگر اپنے والدین  
کو دکھانے کے لیے بے دلی کے ساتھ کچھ وقت نکال کر بیٹھ  
جاتا ہوں لیکن میرا دل کرتا ہے کہ میں اپنی تمام کتابیں  
پھاڑ دوں یا جلا دوں۔

سوال: صبح اور شام پانچ مرتبہ سورہ فلق، پانچ  
مرتبہ سورہ الناس اور ایک مرتبہ آیت الکرسی پڑھ کر پانی  
پر دم کر کے پیئیں اور اپنے اوپر بھی دم کر لیں۔

رات سونے سے پہلے انیس مرتبہ سورہ قمر (54) کی  
آیت 17:  
وَلَقَدْ يَسَّرْنَا الْقُرْآنَ لِلذِّكْرِ فَهَلْ مِنْ مُدَكِّرٍ ○  
تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر ایک  
نیل اسپیون شہد پر دم کر کے پیئیں اور اللہ تعالیٰ کے حضور

یہ بات معلوم ہونے پر میرے بیرون تلے زمین نکل  
گئی۔ میں نے بیٹے کے موبائل پر ان دونوں کے میسجز چیک  
کی تو بہت ہی اخلاق سے عاری میسج تھے اور لڑکی نے کئی  
مرتبہ بیٹے سے قیمتی چیزوں سے فرمائش کر کے منگو ہنسی ہے۔  
اب بیٹا بھندے کہ وہ شادی کرے گا تو اسی لڑکی سے  
کرے گا۔

اس فیملی کے بارے میں محلے کے لوگوں کی رائے  
بھی اچھی نہیں ہے۔ سمجھ نہیں آتا کہ میں کیا  
کروں....؟ بیٹے کو سمجھاؤں تو وہ گھر چھوڑنے کی دھمکی  
دیتا ہے اور اگر وہاں شادی کر دوں تو بیٹے کی زندگی برباد  
کرنے کے برابر ہے۔

ڈاکٹر صاحب! اس سلسلے میں میری رہنمائی فرمائیں

## مراقبہ کی اجازت

☆☆☆☆

سوال: میری عمر پچاس کے لگ بھگ ہے۔ میں ایک سرکاری ادارے میں بطور ریسرچ آفیسر ملازمت کرتی ہوں۔ میں نے سنا ہے مراقبہ کرنے سے ذہنی صلاحیتوں میں اضافہ ہوتا ہے۔ میں آپ سے مراقبہ کے فوائد و اثرات کے بارے میں مزید معلوم کرنا چاہتی ہوں۔ نیز بھی بتائیں کہ میرے لیے کوئی نامراقبہ بہتر رہے گا اور مجھے اجازت اور طریقہ بتا دیجئے۔

جواب: ہزاروں سال سے انسان مراقبہ اور اس کے مفید اثرات سے واقف ہے۔ کئی سلاسل طریقت میں صوفی بزرگوں نے اپنے ترقیاتی نصاب میں مراقبہ کو بہت اہمیت دی ہے۔ انتہائی آسان الفاظ میں مراقبہ کی تعریف اس طرح کی جاسکتی ہے کہ مراقبہ ذہنی سکون (Peace of Mind) ، سکون اور طبیعت میں ٹھہراؤ (Calmness) حاصل کرنے کی ایک مشق ہے۔ اس مشق کے نتیجے میں قوت برداشت، حافظے اور مختلف ذہنی صلاحیتوں میں اضافہ ممکن ہے۔

ان مقاصد کے حصول کے لیے کوئی بھی شخص مراقبہ سے استفادہ کر سکتا ہے۔ اعصابی دباؤ، نیند، ذہنی کمزوری، شفا یابی کے عمل کو تیز کرنے کے لیے، زندگی سے مایوس لوگ، جوش، جذبہ اور حرارت حاصل کرنے کے لیے، طلبہ و طالبات، فنون لطیفہ سے متعلق افراد، اساتذہ، دانشور، ذہنی صلاحیتوں اور تخلیقی ہنر میں اضافہ کے لیے اور عام لوگ ذہنی سکون اور بہتر نیند کے لیے، مراقبہ سے استفادہ کر سکتے ہیں۔ غرض روحانی تربیت کے معاملات ہوں یا ظاہری علوم میں معاونت، علاج معالجہ ہو یا یازیب فکر کا حصول، مراقبہ ایک غیر

محسوس طریقے سے انسان پر اثر انداز ہوتا ہے اور اس کے ذریعہ شخصیت میں نمایاں تبدیلی آسکتی ہے۔

میرے والد محترم خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب نے اس موضوع پر ایک کتاب ”مراقبہ“ تحریر کی ہے۔ اس کتاب میں آپ نے مراقبہ کی مختلف اقسام اور ان کے فوائد و اثرات و وضاحت سے بیان فرمائے ہیں۔

ذہنی سکون، صلاحیتوں اور سکون کے لیے آپ بھی نیلی روشنی کے مراقبہ سے استفادہ کر سکتی ہیں۔ رات سونے سے پہلے وضو کر کے شمال رخ بیٹھ جائیں۔ 101 مرتبہ درود شریف اور 101 مرتبہ یا مائی یا قیوم کا ورد

کریں۔ اس کے بعد آنکھیں بند کر کے بیٹھ جائیں اور تصور کریں کہ آپ نیلی روشنی سے منور ماحول میں بیٹھی ہوئی ہیں۔

یہ تصور تقریباً دس پندرہ منٹ تک جاری رکھیں۔

## حاضرات کا علم

☆☆☆☆

سوال: میری عمر باون سال ہے۔ میری شادی پینتیس سال کی عمر میں ہوئی۔ بی ایڈ کرنے کے بعد میں ایک کالج میں پڑھاتی تھی۔ میرے شوہر کا اپنا بزنس تھا۔ ان کے کہنے پر میں نے اپنی جاب چھوڑ دی اور گھر داری سنبھالی۔ دو سال پہلے میرے شوہر کا اچانک ہارٹ فیل ہونے کی وجہ سے انتقال ہو گیا۔ میری کوئی اولاد نہیں ہے۔ میں معاش کی طرف سے کوئی فکر نہیں ہے۔ اب اکثر کتب کا مطالعہ ہوتا ہے۔ کچھ عرصہ سے میرے زیر مطالعہ کتب میں حاضرات کے عمل کی کتابیں بھی رہی ہیں۔ جنہیں پڑھ کر دل میں شوق پیدا ہوا کہ میں حاضرات کا عمل سیکھوں۔ مجھے خیال آیا کہ یہ عمل سیکھ کر میں اللہ کی مخلوق کی خدمت کروں گی۔ میں نے اس موضوع پر بہت سی کتابیں پڑھی ہیں لیکن میری تفسیقی دور

نہیں ہوئی۔ میں چاہتی ہوں کہ حاضرات کا علم سیکھنے میں آپ میری رہنمائی فرمائیں۔

جواب: اللہ کی مخلوق کی خدمت کے کئی سہل طریقے موجود ہیں۔ ان میں ایک علم کا فروغ ہے۔ آپ کو اللہ تعالیٰ نے علم کی دولت سے نوازا ہے۔ آپ اس علم کے ذریعہ خدمت انسانیت کر سکتی ہیں۔ آپ ایسے بچوں کو جو یوشن افورڈ نہیں کر سکتے انہیں فری یوشن دے کر ایک بہت بڑی سعادت حاصل کرنے کے ساتھ ساتھ اللہ کی مخلوق کی خدمت کا کام بھی سرانجام دی سکتی ہیں۔

## اچھا جیون ساتھی مل جائے

☆☆☆☆

سوال: میں بہت پریشان اور مجبور ہو کر آپ کو خط لکھ رہی ہوں۔ میری سوتیلی والدہ کا سلوک میرے ساتھ بہت برا ہے۔ ہم گے دو بھائی اور تین بہنیں ہیں۔ میرے علاوہ سب شادی شدہ ہیں اور سب اپنے گھروں میں خوش ہیں۔

میری والدہ نے کئی مرتبہ میرے خلاف والد صاحب سے جھوٹے الزامات لگا کر مجھے پھینکا بھی ہے۔ کئی دفعہ مجھے گھر سے نکلوا یا ہے مگر مجھے مجبوراً وہی رہنا پڑتا ہے۔ اب میں اپنے بھائی کے گھر پر ہوں۔ والد کے گھر رہتے ہوئے میں اپنے کھانے پینے اور باقی ضروریات زندگی کی اشیاء خود ہی خریدتی تھی۔

بھائی کے مالی حالات مستحکم نہیں ہے اس لیے میں نے ایک اسکول میں جاب کر لی ہے۔ یہاں رہتے ہوئے مجھے ایک سال ہو گیا ہے۔ اب میری بھانجی کو میرا وجود بھاری لگنے لگا ہے۔ میرے بھائی میری شادی کرنے کے پوزیشن میں نہیں ہے۔ وہ چاہتے ہیں کہ کوئی ایسا رشتہ مل جائے جہاں بجز میری کوئی ذی مانڈ نہ ہو لیکن ایسے لوگ کہاں ملتے ہیں۔ میری عمر بڑھتی جا رہی ہے۔ میرے کئی رشتہ

بھی آئے مگر وہاں سے کوئی مثبت جواب نہیں دیا گیا۔ میں خود بھی اپنے بھائی اور بھانجی پر مزید بوجھ نہیں بننا چاہتی۔ برائے مہربانی کوئی وظیفہ بتائیں کہ مجھے اچھا جیون ساتھی مل جائے اور میری اچھی جگہ شادی ہو جائے۔

جواب: عشاء کی نماز کے بعد گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ 101 مرتبہ سورہ الزمر (39) کی آیت نمبر 33-34

وَالَّذِي جَاءَ بِالصِّدْقِ وَصَدَّقَ بِهِ أُولَئِكَ هُمُ الْمُتَّقُونَ ﴿٣٩﴾ لَهُمْ مَا يَشَاءُونَ عِنْدَ رَبِّهِمْ ذَلِكَ جَزَاءُ الْمُحْسِنِينَ ﴿٤٠﴾

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنی بہن کے لئے دعا کریں کہ اس کا اچھی جگہ رشتہ ملے ہو اور اسے بہت خوش حال ازدواجی زندگی نصیب ہو۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز اور زیادہ سے زیادہ نوے روز تک جاری رکھیں۔

تین ماہ تک ہر جمعرات کو کم از کم ایکس روپے خیرات کر دیا کریں۔

## بیٹیاں کمزور ہیں!!!

☆☆☆☆

سوال: میری دو بیٹیاں اور ایک بیٹا ہے۔ تینوں بچوں کے کھانے پینے کے معاملہ میں میں بہت فکر مند ہوں۔ بیٹے کو میں اچھی سے اچھی غذا دینے کی کوشش کرتی ہوں، بیٹیوں کا بھی خیال رکھتی ہوں لیکن انہیں ٹھیک طرح کھانا کھانے سے کوئی رغبت ہی نہیں ہے البتہ بازار کی چیزیں بہت شوق سے کھاتے ہیں۔ میری بیٹیوں کے چہرہ پر بالکل رونق نہیں ہے۔ وہ بہت سست رہتی ہیں۔ جواب: میرے بچے کھانے پینے سے رغبت نہیں رکھتے.... یہ شکایت مائیں عام طور پر کرتی نظر آتی ہیں۔ یہ

شکایت بجا مگر اس کے ساتھ ساتھ یہ دیکھنے کی بھی ضرورت ہے کہ جو بچے کھانے پینے میں ماؤں کو تنگ نہیں کرتے کیا انہیں بھی مناسب و متوازن خوراک مل رہی ہے....؟

پاکستانی بچوں میں خصوصاً لڑکیوں میں کلیشیم کی کمی کا مسئلہ بہت زیادہ ہے۔  
خوراک کی کمی کی شکایت والے بچوں کے لیے یونانی مرکب شربت جگر کا استعمال بھی مفید ہے۔ آپ اپنے بچوں کو عرصہ سے کلیشیم دینے کے ساتھ ساتھ شربت جگر صبح اور شام ایک ایک چمچی پلائیں۔ بطور روحانی علاج جب بھی کچھ کھانے کے لیے دیں گیارہ مرتبہ اسم الہی یا زحینہ پڑھ کر کھانے کی چیز پر اور بچوں پر بھی دم کر دیا کریں۔

آدھے سر کا درد

☆☆☆

سوال: کافی عرصہ سے میرے آدھے سر میں شدید درد اٹھتا ہے۔ یہ درد عموماً دن گیارہ بجے شروع ہوتا ہے اور ایک دو بجے تک رہتا ہے۔ اس دوران جی متلاتا ہے اور الٹی بھی آتی ہے۔ الٹی کرنے کے تھوڑی دیر بعد درد کم ہونے لگتا ہے۔ ڈاکٹروں نے کئی دوائیں لکھ کر دیں مگر جب درد کی ٹیبلٹیں اٹھ رہی ہوں تو ساری دوائیں بے کار ہو جاتی ہیں۔

جواب: عناب چار دانے، گل اسطوخودوس تین گرام، برگ گاؤزبان تین گرام، بادیان تین گرام، گل بنفشہ تین گرام، ان تمام اجزاء کو تقریباً ایک گلاس پانی میں جوش دیں جب پانی نصف رہ جائے تو چھان لیں اور قابل برداشت گرم حالت میں پی لیں۔ اوپر سے آدھی چمچی خمیرہ گاؤزبان سادہ بھی لیں۔

کسھی، زیادہ چکنائی والی اور بادی چیزوں سے پرہیز کریں۔

اختلافات اور نا اتفاقی

☆☆☆

سوال: ہم تین بہنیں اور دو بھائی ہیں۔ ہم بہن بھائیوں میں بھی آپس میں اختلافات، نا اتفاقی بہت زیادہ ہے۔ گھر کا سکون بالکل ختم ہو گیا ہے۔ میرے والد کی تنخواہ بہت کم ہے۔ گھر کے ہر فرد کو غصہ بہت زیادہ آنے لگا ہے۔ بہن بھائیوں میں محبت، اتفاق کے لئے کوئی وظیفہ بتائیں۔ ان جھگڑوں کی وجہ سے رشتے داروں نے بھی ہم سے ملنا جلنا کم کر دیا ہے

جواب: ذرات سونے سے قبل 101 مرتبہ سورہ بنی اسرائیل (17) کی آیت نمبر 53، اول آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر دعا کریں کہ سب بہن بھائیوں کو ایک دوسرے کے ساتھ محبت، عزت و احترام کے ساتھ رہنے کی توفیق ہو۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔

تنگدستی سے نجات

☆☆☆

سوال: میری دو بیٹیاں اور دو بیٹے ہیں۔ تمام بچے ابھی پڑھائی کر رہے ہیں۔ میری شوہر ایک پرائیویٹ ادارے میں ملازم ہیں۔ شام کے وقت بچوں کو ٹیوشن پڑھاتے ہیں۔ رات گئے تک گھر واپس آتے ہیں۔ اس کے باوجود شوہر کی آمدنی سے گھر کے اخراجات چلانا مشکل ہو رہا ہے۔ بڑا پینا جو میٹرک میں ہے وہ جب کرنا چاہ رہا ہے لیکن شوہر اجازت نہیں دیتے۔ میرے شوہر کی کئی سالوں سے ترقی رکی ہوئی ہے۔ اگر میرے شوہر ترقی ہو جائے تو ہمارے حالات کچھ بہتر ہو جائیں گے۔ برائے مہربانی کوئی وظیفہ بتائیں جس کی برکت سے اس

مرتبہ ان کی پر موشن ہو جائے اور ہمیں تنگدستی سے نجات ملے۔

جواب: عشاء کی نماز کے بعد ایک سو ایک مرتبہ

سورہ زمرہ (13) کی آیت نمبر 26

اللَّهُ يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَن يَشَاءُ وَيَقْدِرُ

اول آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے معاشی حالات میں بہتری اور مقصد میں کامیابی کے لیے دعا کریں۔

یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔ شوہر عصر مغرب کے درمیان پانچ مرتبہ سورہ فلق، پانچ مرتبہ سورہ الناس پڑھ کر پانی پر دم کر کے پئیں اور اپنے اوپر دم بھی کر لیں۔

یہ عمل انکس روز تک جاری رکھیں۔ شوہر سے کہیں کہ چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے یا سحی یا قہیوم کا ورد کرتے رہا کریں۔ ہر جمعرات کے دن گیارہ روپے خیرات کر دیا کریں۔

غصہ کی عادت

☆☆☆

سوال: گزشتہ سال سے مجھے بات بات پر بہت غصہ آنے لگا ہے۔ غصہ میں دل بہت تیزی سے دھڑکتا ہے۔ کئی نہ کئی بات پر دوسروں سے الجھ پڑتی ہوں۔ میرے اس رویہ سے لوگ مجھ سے دور ہوتے جا رہے ہیں۔

ہر نماز کے بعد انکس مرتبہ سورہ آل عمران (3) کی آیت نمبر 134 میں سے  
وَالكَافِرِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ  
وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ  
اول آخر تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لیا کریں۔

جب غصہ آئے تو پانی پر سات مرتبہ یا وود پڑھ کر دم کر کے پی لیا کریں۔

موٹاپے سے نجات

☆☆☆

سوال: میری عمر پچیس سال ہے۔ میرا وزن روز بروز بڑھتا جا رہا ہے۔ اس وقت میرا وزن 95 کلو گرام ہے۔ اس موٹاپے کو ختم کرنے کے لیے میں نے کئی ٹونگے اور نسخہ بھی استعمال کئے مگر وقتی فائدہ ہوا ہے اور کچھ عرصہ بعد پھر پہلے والی حالت میں لوٹ آتی ہوں۔


میرا یہ موٹاپا میری شادی میں رکاوٹ بنا ہوا ہے۔ میرے فتوش اچھے ہیں لیکن اس موٹاپے کی وجہ سے چھپ گئے ہیں۔ جواب: وزن کم کرنے کے لیے برسوں سے استعمال ہونے والی عظیمی لیڈارٹریز کی تیار کردہ ہر بل میبلٹ بہترین بہت مفید و موثر ہے۔ آپ بھی عظیمی لیڈارٹریز کی تیار کردہ ہر بل میبلٹ مہز لین کا استعمال کر سکتی ہیں۔

صبح نہار منہ اور شام کے وقت دو دو گولی مہز لین پانی کے ساتھ لیں۔

اس کے ساتھ ساتھ کھانوں میں شکر اور شکر آمیز اشیاء مثلاً مٹھائیاں، سوٹ ڈرنکس، آنکریم وغیرہ نہ

facebook

Dr. Waqar Yousof Azeemi



Dr. Waqar Yousof Azeemi

اب فیس بک پر بھی.....

facebook.com/Dr.Waqar.Yousof.Azeemi

لیں۔ کھانے کھانے کے فوراً بعد پانی نہ پیئیں۔

جوڑوں میں درد

☆☆☆

سوال: میری عمر چالیس سال ہے۔ مجھے پانچ سال سے جوڑوں کے درد کی شکایت ہے۔ مسلسل دواؤں کے استعمال سے بھی مکمل افادہ نہیں ہو رہا۔ جوڑوں کے شدید درد کی وجہ سے گھر کے ضروری کام بھی متاثر ہو رہے ہیں۔ میں ان مسائل کی وجہ سے میں شدید ذہنی دباؤ اور پریشانی میں مبتلا رہنے لگا ہوں۔ موسم سرما میں اس تکلیف میں بہت اضافہ ہو جاتا ہے۔ جواب: جوڑوں کے درد کے لئے یونانی مرکبات پر مشتمل ایک مفید نسخہ نوٹ کر لیں۔

چوب چینی تراشے وہ 14 ماشہ، عشبہ مقوی 7 ماشہ، سورنجان، انقیون، گل سرخ، صندل سفید، ہر ایک ساڑھے 3 ماشہ، بستانج 7 ماشہ اور سناہ کی 5 ماشہ ان تمام اجزاء کو گراٹا کر کے ہارک سفوف بنالیں۔

اس سفوف کا صبح شام 6،6 ماشہ پانی کے ساتھ استعمال جوڑوں کے درد میں مفید ہے۔

سرخ شعاعوں میں تیار کردہ تیل کی ہاتھ اور پیروں کے جوڑوں پر لکے ہاتھ سے مالش کی جائے۔

اولاد نہیں ہورہی...؟

☆☆☆

سوال: ہماری شادی کو چھ سال ہو گئے ہیں۔ پہلے سال پر گلہنی ہوئی تھی لیکن تیسرے مہینے میں ایک دن اچانک پیٹ میں شدید درد اٹھا اور پھر امید بایوسی میں تبدیل ہو گئی۔ اس کے بعد دوبارہ امید نہیں ہو رہی۔ ہم دونوں کی میڈیکل رپورٹ بالکل نارمل ہیں، بعض حامل لوگوں سے میری بہن نے اس سلسلے میں دریافت کیا تو انہوں نے صاف صاف کہا کہ ان کے ہاں اولاد نہیں ہوگی۔ یہ سن کر مجھے بہت دکھ ہوا۔ مجھے اپنے اللہ کی ذات

☆☆☆

سوال: چار سال پہلے میری شادی ہوئی۔ شادی کے چند دنوں بعد شوہر نے راتوں کو باہر رہنا شروع کر دیا۔ میری ساس نے بتایا کہ یہ تو اس کا برسوں پرانا معمول ہے۔ رات باہر گزارنے کے علاوہ وہ بہت غیر ذمہ دار بھی ہے۔ ہمیں کسی تقریب میں جانا ہوتا ہے تو وہ ہاں کہہ دیتے ہیں اور میں تیار ہو کر ان کا انتظار کرتی ہوں مگر وہ فون کر کے اپنی مصروفیت کا بہانہ بنا کر نہیں آتے۔ انہیں دوست اتنے عزیز ہیں کہ جب میں پہلی مرتبہ ماں بنی تو وہ اس وقت بھی دوستوں کے ساتھ بیٹھے گپوں میں مصروف تھے۔

مجھ سے اپنی محبت کا اظہار ضرور کرتے ہیں لیکن میری ضروریات کا خیال نہیں رکھتے۔ جب میں کچھ کہوں تو مجھ سے لڑنے لگتے ہیں، بعض مرتبہ غصہ میں گالیاں اور مارنے بھی لگتے ہیں۔

میرے دو بچے ہیں ان کی بھی ذمہ داری کا ان کو بالکل احساس نہیں ہے۔

جواب: زرات سونے سے پہلے ایک سو ایک مرتبہ

سورہ آل عمران (3) کی آیت 26

قُلِ اللَّهُمَّ مَالِكَ الْمُلْكِ تُؤْتِي الْمُلْكَ مَنْ تَشَاءُ وَتَنْزِعُ الْمُلْكَ مِمَّنْ تَشَاءُ وَتُعْزِزُ مَنْ تَشَاءُ وَتُذَلِّلُ مَنْ تَشَاءُ يُبَدِّلُ الْخَيْرُ إِنَّكَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ ۝

اول آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر شوہر کا تصور کر کے دم کریں اور ان کے رویہ میں مثبت تبدیلی اور ذمہ داریوں کی ادائیگی کی توفیق ملنے کی دعا کریں۔ یہ عمل چالیس روز تک جاری رکھیں۔

پر مکمل بھروسہ ہے۔

آپ اس سلسلے میں کوئی روحانی علاج بتائیں۔

جواب: زرات سونے سے پہلے 101 مرتبہ سورہ آل عمران (3) کی آیت 38

رَبِّ هَبْ لِي مِنْ ذُرِّيَّتِي طَيِّبَةً ۝ إِنَّكَ سَمِيعُ الدُّعَاءِ ۝

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر پانی پر دم کر کے میاں بیوی دونوں پی لیں اس کے بعد آپ حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کے وسیلہ سے بارگاہ رب العزت میں دعا کے جائے۔ یہ عمل نوے روز تک جاری رکھیں۔ جن دنوں آپ نہ پڑھ سکیں، آپ کے شوہر پڑھ کر دم کر دیں۔

بیٹا سسرال کا ہو گیا

☆☆☆

سوال: ڈیڑھ سال پہلے میں نے اپنے بڑے بیٹے کی شادی کی تھی۔ میرا بیٹا چھوٹوں سے شفقت اور بڑوں کا احترام کرنے والا ایک بہت اچھا انسان تھا۔ شادی کے چند دنوں بعد ہی اسے صرف اپنی بیوی، ساس، سسر کے علاوہ کسی سے کوئی لگاؤ نہ رہا۔ ایک سال پہلے وہ گھر چھوڑ کر جا چکا ہے پہلے تو ہفتہ میں دو تین بار فون کر لیتا تھا لیکن اب بہنوں اور ماں باپ سے بات کرنا بھی گوارا نہیں ہے۔ بیٹے نے ہم سے تمام تعلقات ختم کر لیے ہیں۔ ہم چاہتے ہیں کہ ہمارا بیٹا پہلے کی طرح اپنے والدین اور بہن بھائیوں کے ساتھ محبت و ادب سے رہے۔

جواب: زرات سونے سے پہلے 101 مرتبہ سورہ حدید (57) کی آیت 03

هُوَ الْأَوَّلُ وَالْآخِرُ وَالظَّاهِرُ وَالْبَاطِنُ ۗ وَهُوَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ ۝

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر

اپنے بیٹے کا تصور کر کے دم کر دیں اور دعا کریں کہ اسے اپنے والدین کا، بہن بھائیوں کا احترام کرنے اور ان کے ساتھ محبت و حسن سلوک کی توفیق عطا ہو۔ یہ عمل کم از کم ایکس روز تک یا چالیس روز تک جاری رکھیں۔

نسوانی حسن میں کمی

☆☆☆

سوال: میری عمر اڑتیس سال ہے۔ میرے چار بچے ہیں۔ سب سے چھوٹے بچے کی عمر چار سال ہے۔ چھوٹے بچے کی پیدائش کے بعد سے میرا نسوانی حسن انتہائی کم ہو گیا ہے۔ میں نے کئی ایک لوٹکے اور نسخے استعمال کیے ہیں، لیکن اس سے کوئی فائدہ نہیں ہوا۔

میری دوست نے مجھے بتایا ہے کہ آپ کے ادارے نے نسوانی حسن کے لیے سفوف اور روغن تیار کیا ہے۔ کیا میں یہ سفوف اور روغن منگوا سکتی ہوں اور مجھے یہ کتنے عرصہ تک استعمال کرنا ہوگا۔

جواب: آپ یہ سفوف اور روغن منگوا سکتی ہیں۔ ادویات کے سلسلے میں درج ذیل فون نمبر

021-36604127 پر رابطہ کر لیں۔

بستر میں پیشاب

☆☆☆

سوال: میری بیٹی کی عمر چھ سال ہے۔ دو سال سے اسے بستر پر پیشاب کرنے کی عادت پڑ گئی ہے۔ اس عادت کی وجہ سے میں بہت پریشان ہوں علاج، پریہیز اور احتیاط سب کر کے دیکھ لیا لیکن بیٹی کے روٹین میں کمی بیشی تو ہوتی ہے۔ لیکن مکمل افادہ نہیں ہوتا۔

بیٹی کی اس عادت کی وجہ سے ہم کسی کے گھر رات ٹھہرتے ہوئے ڈرتے ہیں۔ ایسا عمل بتائیں کہ بیٹی کی بستر میں پیشاب کرنے کی عادت ختم ہو جائے۔

جواب: تل سیاہ بارہ گرام، اجوائن بارہ گرام دونوں

فروری 2012ء

روحانیت





DAIHATSU

**Cuore Ecomatic, fully equipped with Air Conditioner, Automatic transmission and a factory fitted CNG kit to make the Perfect Fusion.**

TOYOTA

3s Authorized Dealer

TOYOTA HYDERABAD MOTORS

Address: A-41, S.I.T.E. AUTO BHAN ROAD, HYDERABAD, PAKISTAN  
Tel: (022) 3885121-3 (Lines) Fax: (022) 3885128  
email: toyota.hy@cyber.net.pk

\* For Standard Model (CX)

کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔ چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے ”یا سبی یا قیوم“ کا ورد کریں۔ پانچ کلو باجرہ خرید کر اس کے سات حصے کر لیں۔ سات دن تک روزانہ ایک حصہ صبح کے وقت چڑیوں کو ڈالا کریں۔

فہم و فراست

فضیلہ۔ کراچی، عثمان۔ گوجرانوالہ، شمع علی بھٹاری۔ شہسوار منصور۔ فضل کمال۔ رشید احمد۔ کوئٹہ، شیریں بانو۔ عبدالرحیم۔ لاہور، مشتاق احمد۔ وزیر آباد، نعیم احمد۔ چینیٹ، ممتاز علی۔ سکھر، منصور۔ لاڑکانہ، نایاب اختر۔ سیالکوٹ۔

جواب: آپ سب آتمائیں بار ”یا اولی الالباب“ اول آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ پڑھ کر نیلی شعاعوں میں تیار کردہ پانی پر دم کر کے پیئیں اور پڑھائی میں دل لگنے فہم و فراست میں اضافہ حافظہ کی تقویت اور اچھے نمبروں سے کامیابی کے لئے دعا کریں۔ چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے ”یا علیہم“ کا ورد کریں۔



## روحانی فون سروس

گھر بیٹھے فوری مشورہ کے لئے  
حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی کی  
روحانی فون سروس

کراچی 021-36688931, 021-36685469

اوقات: بیرون جمعہ شام 5 سے 8 بجے تک

کو باریک پیمیں لیں۔ اس سفوف میں گڑ چڑھیں گرام اچھی طرح کس کر کے یہ سفوف صبح اور شام تین تین گرام اس بیٹی کو کھلائیں۔

مذکورہ تکلیف میں یونانی مرکب ماسک البول ایک چوتھائی چمچی صبح شام مفید ہے۔

..... مختصر مختصر .....  
..... مختصر مختصر .....

سانس کی تکلیف

رحمت اللہ۔ ساگھڑ، دلدار علی۔ خیرپور، محمد ولایت۔ حنان۔ کراچی، نجم شفیق۔ کراچی، علی احمد۔ حیدرآباد۔  
جواب: صبح شام اکیس بار ”یا فارق“ پڑھ کر نارنجی شعاعوں سے تیار کردہ پانی دم کر کے پیئیں۔ اس کے علاوہ جب بھی پانی یا کوئی مشروب لیں تین بار ”یا فارق“ پڑھ کر دم کر لیا کریں۔

روزگار میں برکت

رشید احمد۔ کراچی، عرفان۔ اختر علی، لطیف شکور، کراچی، آر ایم جمیل لاہور، فصیح الدین۔ کراچی، نذر احمد۔ اوکاڑہ، بشیر علی۔ ساہیوال، امان یعقوب۔ صادق آباد، فخر النساء۔ رحیم یار حنان، رفیق احمد۔ سید عاقب علی۔ شعیب الرحمن، نوشہرہ و فیروز۔

جواب: عشاء کی نماز کے بعد 101 بار سورہ طلاق

(65) آیت 2-3

وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ إِنَّ اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا

پڑھ کر روزگار میں برکت اور ترقی کے لیے دعا